

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra pedagogiky

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Letní volnočasové aktivity školní družiny, využité v rámci příměstského
tábora pořádaného družinou školy

Summer leisure activities of the after-school club, used in the suburban
camp organized by the after-school club

Lucie Kittlerová

Vedoucí práce: PaedDr. Zdeňka Hanková, Ph.D.

Studijní program: Vychovatelství (B7505)

Studijní obor: Vychovatelství

Odevzdáním této bakalářské práce na téma Letní volnočasové aktivity školní družiny, využití v rámci příměstského tábora pořádaného družinou školy potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Praha 15. 4. 2021

Ráda bych zde poděkovala vedoucí bakalářské práce PaedDr. Zdeňce Hankové, Ph.D., za její odbornou pomoc, rady, čas, trpělivost a ochotu, kterou mi věnovala při řešení dané problematiky. V neposlední řadě také děkuji všem vychovatelům, kteří mi vstřícně poskytli potřebné informace. Poděkování patří také mojí rodině a všem, kteří mne po celou dobu studia podporovali.

ABSTRAKT

Tato práce se zabývá tématem pedagogiky volného času, příměstským táborem pro děti mladšího školního věku při družině školy. Na základě rozhovorů s vychovateli, jsem zpracovala jejich zkušenosti z předchozích táborů jako východisko pro návrh na letní příměstský tábor při školní družině pro příští rok. Cílem práce je navrhnout příměstský tábor. Návrh vychází jednak z výstupů rozhovorů a dále ze znalostí oborů pedagogika volného času a metodika zájmových činností. V teoretické části též zpracovávám kontext vývojové psychologie mladšího školního věku.

KLÍČOVÁ SLOVA

Volný čas, volnočasové aktivity, dětský příměstský letní tábor, rozhovor, mladší školní věk, školní družina, návrh činností.

ABSTRACT

This work deals with theme of a suburban camp for children of younger school age at the after school club. Based on interviews with educators, I processed their experiences from previous camps as a starting point for a proposal for a summer suburban camp at the after school club for the next year. This diploma thesis was proposal a precious camp. The proposal is based on interviews with educators and knowledge of the fields of leisure pedagogy and methodology of hobby activities. In the theoretical part I process the context of developmental psychology of younger school age.

KEYWORDS

Free time, free time activities, children 's suburban summer camp, interview, younger school age, after schoolclub, proposal of activities.

Obsah

Úvod.....	7
1 TEORETICKÁ ČÁST	9
1.1 Vymezení pojmu volný čas	9
1.2 Funkce pedagogiky volného času	10
1.3 Výchova ve volném čase.....	12
1.3.1 Cíle a funkce výchovy ve volném čase.....	12
1.4 Volnočasová zařízení školy.....	14
1.4.1 Školní družina	14
1.4.2 Školní kluby	16
1.5 Specifika volného času o letních prázdninách	16
1.6 Příměstské tábory	17
1.6.1 Legislativa pro pořádání letních táborů	18
1.6.2 Vychovatel jako organizátor tábora	19
2 Hra	22
2.1.1 Funkce, charakteristika a herní metodika hry	24
2.1.2 Dělení her.....	32
3 Specifika vývoje dětí mladšího školního věku	34
3.1 Tělesný vývoj a rozvoj motoriky dítěte mladšího školního věku	36
3.2 Vývoj kognitivních procesů dítěte mladšího školního věku	37
3.3 Emoční a citový vývoj	41
4 Praktická část	43
4.1 Cíl praktické části.....	43
4.2 Popis metodologie rozhovorů s vychovateli, realizujících tábor v minulých letech.....	43
4.3 Charakteristika prostředí a skupiny účastníků se tábora	45

4.4	Výstupy rozhovorů jako východiska pro návrh příměstského tábora	46
4.5	Shrnutí výstupů jako východiska pro návrh programu příměstského tábora ...	60
4.6	Příměstský tábor: režim dnů a program	64
4.7	Program příměstského tábora v rozložení jednotlivých dnů a činností	65
4.7.1	Pondělí – den první	65
4.7.2	Úterý – den druhý	72
4.7.3	Středa – den třetí	78
4.7.4	Čtvrtek – den čtvrtý	82
4.7.5	Pátek – den pátý	92
	Závěr	99
5	Seznam literatury	101

Úvod

Minulý rok v době letních prázdnin jsem se poprvé zúčastnila role instruktora na letním příměstském táboře, který byl pořádán družinou školy v naší obci. Tento tábor trvá pět dnů, tedy jeden pracovní týden a je pořádán vedoucí vychovatelkou družiny v záštitě základní školy. Tábor mě velice zaujal a celý týden jsem se společně s vychovateli a praktikanty nechala unášet v rytmu energie a ohromného zapálení do organizace a příprav. Touto prací bych chtěla obohatit dny dalších táborů o nápady na nové aktivity, které nejsou dětmi okoukané, které děti zaujmou, nabydou při nich zkušeností a vědomostí a při kterých zažijí nová prázdninová dobrodružství.

Pro tábor jsou po celý týden k dispozici interiérové i exteriérové prostory celé školy, včetně školní jídelny. Mezi nejvíce využívané prostory patří tělocvična, velké travnaté nebo betonové hřiště. Vyhledávaným zázemím dětí je stromový háj a bylinková zahrádka s posezením. V jídelně hodné paní kuchařky připravují dětem pokrmy v podobě dopoledních i odpoledních svačín a oběda. Samozřejmostí je celodenní pitný režim a svačiny připravené na cestu v případě aktivity mimo prostory školy.

Celý tábor jsem vnímala jako velice přínosný dětem i rodičům. Rodičům poskytuje výhody v podobě hlídání dětí s bonusem vzdělávání. Děti mají možnost trávit svůj čas v místě svého bydliště smysluplně a zábavně. Hlavně v době letních prázdnin, kde dochází k absenci na ostatních kroužcích a kontaktu s kamarády. Neopomíjenou, důležitou součástí je primární prevence rizikového chování a rozvoj dětí v budování žebříčků hodnot a budování postojů.

Cílem mé BP je navrhnout program pro týdenní příměstský tábor družiny školy. Při navrhování aktivit vycházím z výstupů rozhovorů s vychovateli školní družiny a praktikantkou, kteří připravovali loňský ročník tábora. Zajímala mě jejich zkušenost s realizovanými činnostmi na táboře i zkušenost s celou strukturou programu a jeho podmínkami.

Návrh jsem se snažila vypracovat v souladu s vývojovou psychologií a odbornou literaturou zaměřenou na volný čas dětí mladšího školního věku. Důvodem bylo, že o tento tábor jeví zájem nejvíce děti mladšího školního věku 6-12 let, tedy děti navštěvující první stupeň základní školy. Jen výjimečně se účastní děti staršího školního

věku 12-15 let. Tyto starší děti jsou většinou kapitány družstva, na táboře jsou již několikátým rokem a na tuto roli se dopředu těší. Vedle vývojové psychologie se v teoretické části zaměřuji na oblast volného času. Velkou část pozornosti v teoretické části zaměřuji právě na téma hry, aktivity a motivace dětí mladšího předškolního věku. Opírám se nejen o odbornou literaturu, ale dovoluji si uplatnit i své zkušenosti načerpané na táboře v minulém roce.

V bakalářské práci pracuji se specifickou terminologií:

- Místo pojmu vedoucí budu pracovat s termínem vychovatel, protože tento tábor je specifický tým, že ho pořádá školní dužina.
- Pojem praktikant se na táboře již užívá. Tento termín v textu ponechám i proto, že jde o osoby, které se připravují pro výkon povolání v praxi.

Výstupy této BP práce bych ráda poskytla kolegům a vychovatelům v naší školní družině i ostatním, kteří je mohou použít při své volnočasové práci s dětmi.

1 TEORETICKÁ ČÁST

1.1 Vymezení pojmu volný čas

Pod pojmem volný čas si představíme každý, to, co máme rádi, jak rádi čerpáme energii a dopřáváme si relaxaci mimo pracovní dobu. Je to doba ležící na protipólu práce a povinností.

Pávková (2002, s. 13) vymezuje volný čas jako *dobu, kdy si své činnosti můžeme svobodně vybrat, děláme je dobrovolně a rádi, přináší nám pocit uspokojení a uvolnění.*

Volný čas je také chápán jako negativní či pozitivní. Za negativní pojem volného času je brán ten čas, který nám zbývá po pracovní době, studiu, péči o rodinu. Do jeho součástí je zahrnuta i péče o denní fyziologické potřeby člověka. Pozitivní čas je brán jako volný prostor, se kterým si může jedinec svobodně počínat.

Dále Pávková (2015, s. 120) uvádí, že *volným časem rozumíme tedy dobu odpočinku, rekreace, zábavy, ale i dobrovolného sebevzdělávání. Důležitou součástí volného času jsou zájmové činnosti – koníčky hobby. Patří sem i ztrátové časy v souvislosti s volným časem, například doba strávená na cestě za zájmovou činností, čekání u pokladen apod.*

Se svým volným časem si tedy může zacházet každý sám dle svého uvážení, a dle svého životního přesvědčení a stylu. To, jestli volný čas přinese člověku užitek, či nikoli je jen a jen na každém z nás. Všechny činnosti s absencí práce a dávkou hry, jsou pro naše potřeby vnímány pozitivně a přínosně.

Vážanský (1995, s. 24) popisuje volný čas jako dobu, *v níž se individuum může nezávisle na jakýchkoli povinnostech výhradně svobodně realizovat a dělat to či ono, k čemu je nikdo nenutí a k čemu též není pravděpodobně nuceno.*

Volný čas je neobyčejně důležitou součástí života seniorů, dospělých, dětí i mládeže a je zapotřebí s ním citlivě hospodařit. Je však možné ho využívat dobrými i špatnými způsoby. Odpočinek, relaxace, zájmové vzdělávání, sport, dobrovolné akce a prospěšné

činnosti vedou k ovlivnění tendence k sociálně patologickým jevům u dětí a mládeže, jako je například kriminální činnost a vandalství.

Dvořáček (2004, s. 116) definuje volný čas jako dobu, *po kterou člověk patří sám sobě, může se svobodně rozhodnout o činnostech, které mu přinášejí potěšení či odpočinek. Je to ta část dne, v níž je člověk osvobozen od všech povinností pracovních, studijních, společenských, od svých závazků k rodině i vůči sobě samému (ve smyslu uspokojování primárních potřeb).*

1.2 Funkce pedagogiky volného času

Funkce pedagogiky volného času je pro naši společnost bohatá a obohacuje mnoho oblastí našich životů. Dětské tábory by měly naplňovat funkce, které ve své literatuře uvádí autoři, Pávková, Hofbauer, Hrdličková a Pavlíková (1999, s. 42). Tyto funkce lze shrnout pod následující výčty:

Výchovná funkce – cíle

- Rozvíjení schopností dětí a mládeže.
- Usměrnování, kultivace.
- Formování pozitivních postojů a hodnot.
- Získávání nových vědomostí.
- Osvojení si dovedností a návyků.
- Naučit se seberealizaci a sebehodnocení.
- Vytvořit si vlastní náhled na svět.
- Vést dítě k celoživotnímu vzdělávání.

Zdravotní funkce – cíle

- Dopřávat dětem pohyb na čerstvém vzduchu.
- Vyvážená a pestrá strava.
- Předat dítěti návyky správné hygieny.
- Zdravý duševní i tělesný vývoj dítěte v podání pohody, střídání aktivity s odpočinkem a duševní činnosti.

Sociální funkce – cíle

- Utváření příjemných sociálních vztahů a komunikace s okolím.
- Kompenzace neúspěchů způsobených v rámci vyučování, nebo v rodině.
- Kompenzace v materiálních statcích.
- Pávková (2015, s. 120) *sociální funkce ve smyslu zajištění bezpečnosti je významná v zařízeních, která pracují s mladšími dětmi, kupříkladu ve školní družině. Velký význam má však i tam, kde děti tráví značnou nebo dokonce veškerou část času mimo rodinu, například v domovech mládeže, na táborech, školách přírodě, v dětských domovech.*

Preventivní funkce a jejich cíle popisuje více autorů:

- Pávková (2015, s. 120) uvádí, že preventivní funkce spočívá v předcházení sociálně patologickým jevům (lhaní, záškoláctví, šikana, drogy, vandalismus atd.).
Jako celkově efektivní, relativně levnou a účinnou vnímá primární prevenci. *Lepší je negativním jevům předcházet, než je napravovat.*
- Jsem přesvědčena o tom, že mezi preventivní vzory patří i správný vzor pedagoga.
- Průcha (2015, s. 93) také popisuje, že *poslání pedagogiky volného času má samozřejmě i velkou preventivní funkci. V současné společnosti vyspělých zemích, kde se ve stále větším měřítku vyskytuje nežádoucí chování mládeže (agresivita, delikvence, životní styl zaměřený na materiální spotřebu aj.) má velikou důležitost výchova snažící se mladým lidem ukázat vhodné formy a náplň trávení volného času.*

Autor H. W. Opaschowski (In Vážanský, 1995, s. 30–31) hovoří o takzvaných potřebách volného času. Tyto potřeby se rozdělují na individuální a všeobecné. Individuální směřují jedince k naplnění svých osobních potřeb. Všeobecné jsou chápány jako sociální, a jsou vnímány ve vztahu k ostatním lidem. Tyto potřeby by měly být naplňovány vyváženě a měli bychom se vyhnout stereotypu a jednostrannému zatížení. V souhrnu jde o tyto potřeby:

- **Rekreace:** potřeba zotavení, uvolnění, osvobození od zátěže, odpočinek, osvěžení, spánek a čerpání sil.
- **Kompenzace:** potřeba doplnění a vyrovnaní nedostatků, rozptýlení, potěšení, oddechnutí se od pravidel.
- **Edukace:** potřeba vzdělávání, poznávání, učení, zvědavosti a hledání vlastního Já, rozvoj osobnosti, aktivizace vlastních možností.
- **Kontemplace:** potřeba klidu, meditace a rozjímání, budování sebevědomí, poznávat sebe samého a mít na sebe čas, hledání vlastní identity a objevování svých možností.
- **Komunikace:** potřeba sdílení, být v kontaktu a družít se s ostatními lidmi, bavit se a prožívat zábavu, pospolitost, láska, něžnost, empatie.
- **Integrace:** potřeba společnosti a podpory od ostatních, kolektivní vztah, tvoření skupin, bezpečí, společné prožívání, uznání, sociální učení, navazovat pozitivní vztahy, mít dobré vztahy v rodině, zažívat pocit sounáležitosti, prožívat hry a rituály.
- **Participace:** potřeba se angažovanost a účastnit, mít spoluodpovědnost, vyvíjet iniciativu, být solidární, mít společné cíle s ostatními a účastnit se společných aktivit.
- **Enkulturační:** Potřeba kreativního rozvoje, mít tvůrčí uplatnění a uplatnění vlastní fantazie, účast na kulturním životě, být spontánní, zvládat řešení problémů, prohlubovat a rozšiřovat své nadání.

1.3 Výchova ve volném čase

1.3.1 Cíle a funkce výchovy ve volném čase

Před výchovným působením je nezbytným předpokladem stanovení cíle, kterého chce vychovávající dosáhnout. Při realizování činností si neseme ve své hlavě ideu toho, čeho chceme dosáhnout, a právě cíl stanovuje náš směr. Správný výběr činnosti, správně zvolený cíl, metoda a strategie postupu vede z velké části k úspěšnosti práce (Hájek, 2007, s. 18).

Pávková (2011, s. 72) uvádí, že základním znakem výchovy je její cílevědomost. Pedagog si v každé fázi výchovného působení stanoví přiměřené cíle, volí prostředky, jimiž leze cílů dosáhnout, a hodnotí výsledky svého snažení.

Dále Pávková dělí cíle pedagogiky volného času na:

- Obecné cíle: naučit jedince hospodařit se svým volným časem a rozumně ho využívat, oceňovat svůj čas jako důležitou hodnotu
- Dílčí výchovné cíle: odvozuje z cílů obecných a řadíme mezi ně například naučit jedince odpočívat, rekreovat se, rozvíjet své schopnosti, zájmy, uspokojovat a kultivovat své potřeby, naučit jedince vhodně si uspořádat a zorganizovat den, vést ke zdravotnímu životnímu stylu a podporovat myšlenku na celoživotní vzdělávání.

Hájek (2003, s. 13) *za obecný cíl výchovy můžeme považovat v tomto smyslu např. tradiční ideál „všestranně harmonicky rozvinutého člověka“.*

Pávková (2011, s. 70) popisuje, že výchova ve volném čase vede děti prostřednictvím svých zájmových činností k naplnění potřeb, které je zapotřebí rozvíjet, uspokojovat ale také usměrňovat. Další náplň je objevit zájmy dětí, rozšiřovat je a prohlubovat jejich obzor. Neopomíjená je myšlenka inspirovat děti, aby měly radost z celoživotního vzdělávání a smysluplného trávení volného času.

Výchova ve volném čase má kromě cílů, podmínek a prostředků, také své specifické funkce:

- Výchovně – vzdělávací funkce. Je považována za prioritní. Tato funkce působí dle zaměření vzdělávací organizace na všechny složky osobnosti člověka, tělesnou, psychickou, sociální.

Pávková (2011, s. 70) vystihuje výchovně – vzdělávací funkci takto. *Funkce spočívá v záměrném a cílevědomém formování osobnosti vychovávaných jedinců, dosahování reálných cílů pomocí promyšleně volených pedagogických prostředků.*

- Zdravotní funkce, ve které zvolené aktivity ve volném čase podporují zdravý sociální, duševní i tělesný vývoj.
- Sociální funkce, která zajišťuje bezpečnost a hlídání dětí v době mimo vyučování. Jedinec má možnost navázat kontakt s kamarády, zaujmout různé sociální role ve skupině, setkává se s různými autoritami.

- Preventivní funkce spočívá v předcházení negativních jevů, jako je lhaní, krádeže, záškoláctví, útěky z domova, agresivita, šikana, vandalismus, experimentování či zneužívání drog, gamblerství a dalších podobných závislostech v oblasti sexuality, projevy netolerance, rasismu apod.

Dostupnost volnočasových aktivit je důležitou součástí prevence. Důležité je, aby si děti mohly vybrat to, co je baví. Pokud se dítě bude věnovat aktivitě, která ho baví a naplňuje, stane se méně pravděpodobným faktem naplnění některého z negativních jevů.

Každá tato funkce je ve volnočasovém zařízení naplňována v jiném množství, podle toho, na jakou oblast se zaměřuje, jaká je jejich vize a poslání.

Autor Hájek (2003, s. 11) uvádí, že *výchova je společenský proces, a tedy i výchovu ve školní družině je nutné chápat jako součást nutné společenské reprodukce, nikoli jako hlídání dětí-tj. pouhou sociální službou.*

1.4 Volnočasová zařízení školy

1.4.1 Školní družina

Hájek (2003, s. 11) charakterizuje školní družinu takto: *školní družina je školské zařízení výchovy mimo vyučování, jež je mezi ostatními zařízeními určenými pro volný čas dětí nejčtenější, zaměstnává nejvíce vychovatelů a jeho odděleními prošlo nejvíce dětí.*

Školní družiny jsou součástí školských zařízení pro zájmová vzdělávání a jsou zařizovány pro jednu, nebo více základních škol. Kromě družiny se řadí do zájmového vzdělávání i školní kluby a střediska volného času. Podílí se na spolupráci s ostatními subjekty, jako jsou zájmové kroužky, zájmové útvary domů dětí a mládeže, výuka v základních uměleckých školách.

Průcha (2013, s. 377) charakterizuje zájmové vzdělávání jako termín: *který vyjadřuje různé edukační aktivity, které probíhají mimo školní prostředí, tedy jako neformální vzdělávání.*

Během každého školního dne se ve školní družině vytváří pro žáky prvního stupně přechod mezi domácím prostředím a vyučováním. Družinu nepovažujeme za pokračování vyučování, ale má svůj specifický charakter, který se liší od běžných vyučovacích hodin. Hájek (2003, s. 16) *vyšším posláním je vytváření návyků na účelné trávení volného času a na získání dostatku informací o různých zájmových volnočasových činnostech a praktických dovednostech v nich, což je součástí výchovy k volnému času.*

Děti, které družinu navštěvují, jsou přihlášeny k denní docházce. Každá školní družina má vlastní vzdělávací program, který má možnost si upravit dle potřeb a zájmů žáků. Školní družina může být v provozu i o prázdninách a organizovat akce ve volných dnech dětí.

Zájmové vzdělávání stejně jako neformální vzdělávání tvoří nedílnou součást procesu celoživotního učení. Zájmové vzdělávání je právně ukotveno v zákoně č. 561/2004 Sb. o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání (školský zákon) a je zde definováno v § 111 jako vzdělávání poskytující účastníkům naplnění volného času zájmovou činností se zaměřením na různé oblasti (web msmt.cz, 23. 1. 2021).

Obsah a rozsah zájmového vzdělávání, jeho organizaci a podmínky provozu stanovuje podrobně tato vyhláška: *Školská zařízení zájmové vzdělávání a provádějící vyhláška č. 74/2005 Sb., o zájmovém vzdělávání (web msmt.cz, 23. 1. 2021).*

Ve školní družině pracují *kvalifikovaní pedagogičtí pracovníci*, jako jsou vychovatelé, pedagogové volného času a učitelé *dle zákona č. 563/2004 Sb., o pedagogických pracovnících a o změně některých zákonů (web msmt.cz, 23. 1. 2021).*

1.4.2 Školní kluby

Školní kluby navštěvují žáci středního věku, tedy žáci z druhého stupně základního vzdělávání. Tito žáci disponují rozmanitějším okruhem zájmů a tím otevírají školním klubům rozmanitější okruh činností (Němec, 2002, s. 22).

Hájek (2011, s. 147) specifikuje ŠK takto. Školní kluby jsou v provozu každý den školního vyučování. Žáci je navštěvují pravidelnou docházkou, nebo jen návštěvou některých kroužků. Jsou to i žáci víceletých gymnázií do věkové výše odpovídající devátému ročníku základní školy. Žáci, kteří kluby navštěvují se jejich prostřednictvím zapojují do zájmové činnosti, navštěvují kroužky, akce, spontánní činnosti a aktivity. ŠK se mohou podílet se školní družinou na pořádání společné činnosti. *Omezovat činnost ŠK jen na sociální službu – dozor nad žáky – mezi dopoledním a odpoledním vyučováním neodpovídá poslání tohoto zařízení.*

1.5 Specifika volného času o letních prázdninách

Průcha (2013, s. 218) popisuje termín prázdniny jako *část škol. r., v níž neprobíhá výuka. Termíny na základních a středních školách stanoví právní předpisy MŠMT ČR*. V České republice trvají hlavní letní prázdniny dva měsíce, od 1. července do 31. srpna.

Na letní prázdniny se těší snad každé dítě. Toto období dopřává dětem velký prostor pro jejich volný čas, část povinností spojená s docházkou do školy je mimo hru a nekonají se ani zájmové kroužky. Stále by se však nemělo zapomínat na to, že výchova a vzdělání jsou nikdy nekončícím procesem, ani v čase letních prázdnin bychom na ně neměli zapomínat. Hlavně rodiče dětí přemýšlejí, jak zajistit pro své děti v období letních prázdnin dostatek smysluplně stráveného času.

Matějček (2007, s. 82) vystihuje prázdniny jako *dobou, kdy se dítě učí z jiných učebnic, než těch školních a od jiných učitelů než těch s pedagogickým diplomem. Pro dětský organismus platí, že si nejvíce odpočine od jednoho zatížení, když přijme jiné, které však je radostné, zajímavé – odpočinkové. To je tedy právě doba na sport, pro práci rukou*

a nejen hlavy, pro přírodu a její tajemství, pro hrady a zámky ale také pro poznávání zajímavých lidí v rodině i mimo ni, pro návštěvy, posezení, poznávání společenských vztahů a ovšem i pro vlastní nápady, pro dobrodružství, pro tvořivou práci při vymýšlení legrace a zábavy malým dětem, rodičům i dědečkům a babičkám – zkrátka pro mnohé, pro co není ve škole ani čas, ani místo, ani učební metodika.

Nesprávně strávený volný čas se může stát pro dítě zdrojem sociálně patologických jevů a nechat dítě bez jakéhokoli dozoru může být ohrožující nejen pro ně samotné, ale i pro okolí.

Díky různým organizacím pořádající volnočasové aktivity má dítě možnost i v době letních prázdnin strávit svůj čas smysluplně, s bohatou nabídkou programu a ve společnosti ostatních dětí.

1.6 Příměstské tábory

Příměstský tábor je místem prázdninových zážitků pro děti, které tráví prázdniny doma, bez přespávání s každodenním odchodem domů. Mnoho dětí nerado nocuje mimo domov, a tak jim tento druh tábora dává více pocitu jistoty v každodenním návratu zpět k rodičům. Děti odchází domů každý den po ukončení programu, přibližně v 16–17 hodin. Tato specifická forma tábora je organizována většinou v průběhu pracovního týdne, kdy jsou rodiče dětí zaneprázdněni pracovními povinnostmi.

Na webové stránce poradna České rady dětí a mládeže (web 21.1. 2021) popisují příměstský tábor jako: *příměstským táborem je nejčastěji celodenní hlídání dětí po dobu jednoho týdne, kdy program v jednotlivých dnech bývá (ale nemusí nutně být) programově propojen a probíhá od ranních do odpoledních hodin. Děti mají v místě konání tábora během dne zajištěné stravování, ale nepřespávají tu. V určitou hodinu si je vyzvedne rodič nebo jiná oprávněná osoba a jdou domů. V podstatě jde tedy o svěřeni dítěte do péče pořadatele tábora na dobu několika po sobě jdoucích dnů, a to na předem stanovený časový úsek v každém jednotlivém dni.*

Je možné vyslovit následující výhody příměstského tábora (zpracováno dle zápisu porady školní družiny 2017):

- pro pracující rodiče dětí, kteří s nimi nemohou trávit volný čas v době prázdnin je zabezpečena celodenní péče o dítě v podobě pestrého programu a velkého výběru aktivit;
- děti mladšího věku mohou mít problém s delším denním i nočním odloučením od rodičů a na tomto táboře se s rodinou vidí každý den;
- děti navštěvují většinou stejnou základní školu, nemají zde ale dostatek prostoru k navázání kontaktu mezi kamarády z ostatních tříd. Tento tábor je výhodou k seznámení a navázání přátelských vztahů;
- tento tábor může být pomocí a nástrojem, jak děti připravit na klasický tábor;
- samozřejmou součástí tábora je dohled zkušených vychovatelů nebo pedagogických pracovníků;
- nižší cena tábora, ve srovnání s pobytovým táborem.

Snahou příměstského tábora je tedy zajistit pro rodiče dostupnou variantu zabezpečení jejich dětí pod odborným pedagogickým dozorem. Zabavit děti a poskytnout rozvoj v mnoha oblastech osobnosti dítěte. Ať už díky sportu, rozvíjení v oblasti umění, enviromentálním aktivitám, nebo po stránce budování postojů a hodnot, které by děti mohly pozitivně ovlivnit na cestě jejich životem. Neopomíjenou snahou tábora je právě naplnění preventivní funkce.

1.6.1 Legislativa pro pořádání letních táborů

Příměstským táborem je tedy nejčastěji celodenní hlídání dětí po dobu jednoho týdne, kdy program v jednotlivých dnech probíhá od ranních do odpoledních hodin. Děti mají v průběhu dne na táboře zajištěné stravování, ale každý večer se vracejí domů bez přespávání. V danou dobu si je vyzvednou rodiče nebo jiná oprávněná osoba, uvedená v přihlášce. K pořádání táborů, kde jsou děti celý týden a více i s přespáním, je zapotřebí dodržovat celou řadu stanovené legislativy. U příměstského tábora jsou podmínky daleko vstřícnější:

webové stránky MŠMT (27. 7. 2020) uvádějí:

- *V současné době neexistuje žádný platný právní předpis, který by uceleně upravoval podmínky pro pořádání letních a zimních táborů a různých dalších pobytových akcí určených dětem a nezletilé mládeži.*
- *Pořadatelé musí dodržovat řadu zákonných norem. Především by se měl pořadatel podrobně seznámit se zněním zákona č. 471/2005 Sb., úplné znění zákona 258/2000 Sbírky o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, dále se 2 vyhláškami Ministerstva zdravotnictví, a to č. 148/2004 Sb., kterou se mění vyhláška č. 106/2001 S. o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti a č. 602/82006 Sb., kterou se mění vyhláška č. 137/2004 Sb., o hygienických požadavcích na stravovací služby. V těchto obecně závazných právních předpisech jsou vyjmenovány základní podmínky pro uskutečnění jakékoliv zotavovací akce (tedy i tábora).*
- *MŠMT ani jiný orgán státní správy neuděluje povolení ke konání táborů, nestanovuje podmínky pro jejich konání a nevede jejich evidenci. Náš právní řád neomezuje pořádání táborů.*

1.6.2 Vychovatel jako organizátor tábora

Dobrý organizátor tábora, v tomto případě vychovatel, by měl disponovat s výčtem pozitivních lidských vlastností, dovedností a schopností.

Průcha (2013, s. 347) uvádí charakteristiku, že *vychovatel je pedagogický pracovník působící ve školách a školských zařízeních ústavní a ochranné výchovy a v oblasti výchovy mimo vyučování.*

Vychovatel se stává se pro děti vzorem, kterého sledují a napodobují. Autor Němec (2002, s. 91) uvádí hned několik vlastností, které by dobrý vychovatel a organizátor neměl postrádat:

- **Příprava vychovatele na hry a činnosti:**
je jedním z neodmyslitelných částí táborů, není podstatné, zda z přípravy vzniknou podklady písemné, které nám v budoucnu usnadní rozvzpomínání na

pravidla a detaily hry, nebo myšlenky specifikované do skutečně a realizovatelných představ. Příprava je důležitá k tomu, aby nám pomohla si vzpomenout, jaký měla hra, popřípadě činnost průběh, pravidla nebo způsoby vyhodnocení. Jak jsme řešili spory, nejasnosti při hře, ale především jaký jsme chtěli naplnit výchovný cíl, popřípadě jaká je možná změna postojů hráčů. Tím, že je před hrou, nebo činností prováděna včasná příprava předcházíme problému, který nastane v případě, že se bude průběh od našich představ odlišovat.

➤ Intuice vychovatele:

je jedna z vlastností, které se nelze naučit, ale člověk se s ní narodí. Je tedy vlastností vrozenou. Díky intuici, můžeme předvídat a včas řešit situace které mohou nastat. Intuitivní vychovatel či organizátor tábora by měl např. vycítit a vnímat jaká panuje atmosféra ve skupině, kdy nejlépe řešit problém, zda je akceptován skupinou a nikoho nenutit do hry, aby si z ní neodnášeli psychická zranění. Improvizovat a vědět, jaký typ hry zařadit v daný okamžik a situaci i za cenu toho, že se naruší plán.

➤ Vyjadřovací schopnosti:

jsou důležitou vlastností vychovatele. Správné a jasné vysvětlení smyslu a pravidla hry vede i ke správnému a rychlému pochopení hráčů. Vše by mělo být na počátku hry hráčům vysvětleno, jelikož v průběhu hry už na vysvětlování nezbývá čas a hra může být narušena.

➤ Organizační schopnosti:

jsou ucelením a splynutím všeho již popsaného ve spojení se schopností naplánovat čas a práci tak, abychom vše bez problému a stresu stihнули a mít stále přehled o okolí a dění kolem.

➤ Dodržování bezpečnostních zásad:

na dodržování zásad při hře, nebo prožitkových činnostech nikdy nesmíme zapomínat. I při hrách, které se jeví na první pohled jednoduché mohou vzniknout různá nebezpečí.

Vychovatel jako instruktor příměstského tábora musí zajišťovat bezpečnost dětí stejně jako je tomu během školního roku. Bezpečností nemyslíme jen tu fyzickou ale i psychickou a sociální. *Součástí zajišťování bezpečnosti dětí je permanentní prevence rizikového chování* (Bendl, Hanušová, Linková, s. 35).

Vychovatel by měl přistupovat ke každému dítěti individuálním způsobem, snažit se dítě dobře poznat a rozumět mu, abychom se vyhnuli například pocitu méněcennosti, který může dítě zažívat. *Je důležité, aby se vychovatelé naučili počítat s reálnými možnostmi dítěte, nevháněli je zbytečně do situací, v níž musí selhat a nevystavovali je trvale soutěži, v níž musí být poslední. Proto zvláště pozor u dětí méně nadaných, kterým už sám školní život přináší takových situací víc než dost* (Matějček, 1998, s. 86).

Často bývá problém s odlišením formálního přístupu vychovatele k dětem. Děti dostaly na táboře podnět a nabídku na tykání vychovateli, kde jinak v běžném školním roce vykají. Na tuto otázku odpovídají názory autorů Hájek a Harmach (2004, s. 8): *vedoucí z dětských sdružení mají na tuto otázku jasnou odpověď. Podle zvyků a tradic svých oddílů, mají často různé přezdívky a dovolují dětem, aby jim tykaly. Zažité ve školství samozřejmě je, že se pedagogům uctivě vyká. Ve škole vykání podle zažitého úzu podporuje a vytváří autoritu pedagogů. Otázkou je, nakolik vykání podporuje autoritu vedoucího oddílu před dětmi v jejich volném čase. Zda ji naopak nesnižuje ve smyslu zformalizování vzájemných vztahů.*

2 Hra

Hra je stará již několik tisíciletí, ale po dlouhou dobu jí nebyla věnována zvláštní pozornost. V devatenáctém století se jí dostalo zasloužené pozornosti, ať již ze strany psychologů, kteří v ní spatřili významný vývojový činitel nebo sociologů kteří zjistili, že díky hře jde snadněji integrovat jedince do společnosti ostatních lidí. Hra se také prokázala i jako výborný terapeutický prostředek v oboru psychiatrie a pedagogové zjistili, že je výborným pomocníkem při vzdělání a výchově dětí (Zapletal, 1985, s. 7).

Volný čas dětí mladšího školního věku je charakterizován velkou šíří zájmů. Tento čas slouží nejvíce k utváření osobnosti dítěte. Děti se mohou aktivit účastnit s přelétavostí a jistou povrchností. Chtějí si vyzkoušet více aktivit, čímž postupně zjišťují, která je baví více či méně. V nabízených činnostech a hrách mají děti příležitost k nenásilnému získání potřebných informací a zkušeností. Pokukují při tom po rodičích, učitelích a vychovatelích, do jakých činností se zapojují i oni sami. A je právě na nich, aby dítě citlivě vedli svým vzorem k pravidelné účasti na zájmových aktivitách. Rodiče znají své děti nejlépe, a proto by i oni měli vědět, která dítě nejčastěji vyhledává, při možnosti volby preferuje a v této oblasti se ho snažit plně podpořit. Děti by měly mít také určité limity v množství navštěvovaných kroužků, aby nebyly přetěžované a měly dostatek spontánního, neorganizovaného volného času. Při hře v tomto volném čase může být dítě prostě jen samo se sebou, přemýšlet, odpočívat, nebo využívat svojí fantazie.

Podle Mišurcové (1989, s. 31) je *hra činnost, která obohacuje a zkrášluje každodenní život*. Jak v minulosti, tak i dnes se hra neomezuje na dětství. Má své místo i v kultuře a životě dospělých (hry společenské, sportovní, divadelní). Je oceňovaná zejména proto, že přispívá k tělesnému a duševnímu zdraví a vnáší radost a obohacení do našeho života. Smysl hry je v tom, když dítě pomocí hry hledá řešení. Jako základní a nejvýznamnější rysy hry je považována radost, sebeuplatnění a uspokojení.

Za několik desítek let se náš svět posunul dopředu a vše kolem nás se neustále vyvíjí. Společnost se stále obklopuje novými a novými věcmi. Autor Němec (2002, str. 81) uvádí ve své publikaci zajímavou myšlenku. *Začínáme ztrácet kontakt s vlastní realitou. Žijeme v sekundárním světě zprostředkovaných vjemů, vytrácejících se vlastních prožitých zkušeností a nevšímáme si, že mezi člověkem a přírodou vyrůstá bariéra.* Jsme obklopeni reklamou, pavoučí sítí internetu, chatováním a virtuální realitou, ve které se dítě seznamuje s nereálnou sociální zkušeností. Krom několika nesporných výhod pavoučích sítí je dítě vystaveno iluzím. *Iluze konce – dítě se domnívá, že stejně jako počítačovou hru lze vypnout realitu a iluze více pokusů „vybourám-li se v autě na simulátoru, můžu to zkusit ještě jednou“, jež realita nezná.* V reálném životě jsou lidská rozhodnutí skoro vždy nezvratná a mají za následek vývoj člověka samého. Ve hře se člověk může rozhodnout, jak chce bez obav z následků. Rodiny s dětmi čím dál více tráví svůj volný čas spíše pasivní hrou, sledováním zpráv, animovaných a akčních filmů, hrou na počítači či x-boxu. Toto vše ale neposkytují dítěti to, co nabízejí hry na čerstvém vzduchu, v přírodě a s kamarády. Děti tak vyrůstají v izolaci od ostatních vrstevníků. Přitom se nemění vše kolem nás, ale nejvíce materiálně, kterým jsme obklopeni.

Hru popisují také autoři zážitkové pedagogiky Franc, Zouneková, Martin (2007, s. 66) *hra je „jako“, je to „život nanečisto“.* *Ve hrách vzniká modelový svět, který lidem umožňuje zkoušet nové role a typy chování, experimentovat a zkoumat jiné způsoby interakce s okolím. Co tedy propojuje hru s normálním životem? Hlavně emoce, procesy a interakce, ke kterým v průběhu hry dochází. Ty jsou totiž skutečné, tedy identické s těmi, které účastníci prožívají při situacích ne – herního charakteru. Hra poskytuje umělé prostředí; ovšem děje, které v něm nastanou, přinášejí reálné a často taky trvalé účinky. Čím silnější je „herní skutečnost“, tím silnější je dopad na účastníky. Ve hře nejde o předávání informací, ani o vyučování ale o nabídku „zkus si to, co to s tebou udělá, a budeš vědět, na co se máš připravit, až to bude doopravdy.*

Pávková (2003, s. 30) uvádí, že hra v mladším školním věku má stále velký význam, mění se však její charakter. *Je realističtější, méně fantastická, promyšlenější, plánovitější a složitější. Děti si více hrají ve skupinách, při hře spolupracují. Přibývá her s pravidly, zejména pohybových.*

2.1.1 Funkce, charakteristika a herní metodika hry

Již v dějinách, asi 8. stol. př. n. l. se doslechneme o prvních sportovních hrách, jako bylo házení diskem, střelbě z luku či závodech vozů. Již v této rané době vývoje plnila hra několik funkcí. Funkci společenskou, mírovou a funkci etickou. S příchodem našeho letopočtu přichází M. F. Quintiliána s funkcí hry, ve které připravuje pro své žáky řečnická cvičení a různé jazykolamy. Nazývá se funkcí didaktickou. V 16. stol v podání Erasma Rotterdamského nabývají na významu didaktické hry, které jsou označovány jako lákadla a plní především výchovnou funkci. Systematicky je hra do výchovného systému zařazena až v díle Jana Amose Komenského. Ten vytváří pro hru místo v průběhu vyučování a nezapomíná na její zařazení i ve volném čase. Můžeme zde spatřit i zárodky dramatické hry, při rozvíjení školního divadla. Jan Amos Komenský a doba s ním počínající začíná řadit hru, jako nejosvědčenější výchovný prostředek. Z počátku 20. stol je na hru kladen veliký důraz, a to jak v alternativních školách, spolicích, tak ve volnočasových institucích.

Jak jsem již uvedla, pojem hry je velice široký, a tak i její charakteristika není úplně jednoduchá. Tvoří ji hned několik elementů, jako je motivace, pravidla, činnosti a určité prostředí, ve kterém se odehrává. Člověk ve svých představách disponuje nepřeberným množstvím nápadů, ať už jde o hry společenské, počítačové, sportovní nebo divadelní. Co autor, to se uvádí jiná definice hry.

Mišurcová (1989, s. 30) popisuje charakteristiku hry jako *dobrovolnou spontánní činnost se svobodným sebeuplatněním člověka*.

Němec (2002, s. 84) charakterizuje hru jako činnost: *duševní nebo tělesnou, která má smysl sama o sobě (např. tím, že vychází z přirozenosti dítěte), nebo její smysl stojí mimo vlastní hru, a pak se stává prostředkem k dosažení jiných (např. výchovných nebo vzdělávacích) cílů*.

Existuje několik charakteristik, které podstatu hry specifikují Němce (2002, s. 87):

- Hra a pravidla. Důležitým charakteristickým principem hry jsou pravidla, které nejenže jsou zapotřebí dodržovat, ale také tvoří kostru děje, dodávají hře napětí, usměrňují ji a dodávají míru její obtížnosti. O napětí při hře se zmiňuje i autor Huizinga (1971, s. 18). *Napětí podtrhuje zkoušce hráčovi schopnosti*. Mezi tyto schopnosti patří fyzická i psychická síla, vytrvalost, důvtip a odvaha.
- Hra je zábava ale zároveň i poučení ze hry jsou jednou z neopomíjených atribut. Všichni si jako děti vybavíme, jak náš všední školní den, ať už ve školním nebo mimoškolním prostředí zpestřila hra a vyvolala v nás dávku probuzení a zábavy. V případě, že je hra dobře vedena, neporušují se výše zmíněná pravidla a jsou dopředu výborně vysvětlena, stává se potěšením a radostí.
- Hra je vystupování v rolích a většinou každá z her začíná slovy „pojď si hrát, budeme si hrát na....a dělat jako....“. Při hře, ve světě her za sebe přebíráme roli. Roli, kterou může každý zúčastněný prožívat jinak a jedinečně. Dítě si může zahrát například na dospělého, pohádkovou postavu, hrdinu z filmu či zvíře. S těmito postavami se třeba děti v reálném životě nemají možnost potkat, nebo se s nimi potkaly a při hrách je postupně zdokonalují. Tyto role si mohou odnášet i do budoucího života.
- Hra je prožívání. Ano, dítě, které se vcítí do hry a přistoupí na daná pravidla, se stává tvůrcem nového děje. Tento prožitek a vlastní zkušenosti při hře, do kterého vloží vlastní „já“ je velice důležitý pro jeho osobnostní rozvoj a základem pro osobnostní změnu.
- Hra je simulace. Dítě má možnost napodobovat, někoho hrát a předstírat. Pro děti se hra stává výzvou a mají možnost se při ní setkat se situacemi, které reálný život nenabízí. Potencionální nebezpečí, které při hře může vznikat, vítají děti jako přitažlivé (Němec, s. 88).
- Hra je poznání a sebepoznání. Pro vychovatele a pedagogy je hra velikou diagnostickou možností. Poznat dítě z jiného směru, než jak ho známe ve třídách, v lavicích nebo při jiných standardních situacích. Musíme být však dobrými pozorovateli, kterým nejde ani tak o to, jak hra dopadne ale hlavně o to, jaký má průběh. Sledujeme chování dětí, jejich komunikaci mezi sebou. Sledujeme

i osobnostní rysy dětí ve smyslu, kdo je vůdcem, kdo více či méně dominantní, dokáže se vžít do role a kdo je kompetentní při rozhodování v různých situacích.

- Hra je mravní výzvou. Součástí her, jsou obvykle dopředu jasně vymezená pravidla, která mají vymezený řád. Porušení těchto pravidel vede hráče k vyloučení ze hry a ten je odkázán ze světa hry zpět do reality. Osvojujeme si při ní i respektování pravidel, což je vhodné do praktického života. Při hře jsme donuceni přemýšlet, jak danou situaci vyřešit, aniž bychom tyto pravidla porušili. Je tedy považovaná za důležitý prostředek mravní výchovy. To, jak se dítě zachová v průběhu, může do jisté míry odpovídat i tomu, jak se chová v reálném životě. Charakter dítěte tak může vychovatel sledovat i v reálném životě mimo hru. Zda dítě dodržuje pravidla života, či nikoli. *I když hra nemusí být přímo určená k mravní výchově, přináší s sebou celou řadu příležitostí. Může se v ní objevovat hráčovo vědomé JÁ a vychovatel má možnost toto chování dobře pozorovat a opatrně interpretovat* (Němec, 2002, s. 89).
- Hra je svoboda i řád. Řád chápeme ve smyslu vymezeného prostoru, volbou hráčů, času určeného pro hru. Hráč by měl mít možnost se dobrovolně rozhodnout, zda se chce hry zúčastnit či nikoli. Pokud ale vychovatel vybídne dítě ke hře správně zvolenou a lákavou motivací a vyhne se rozkazům a nařízením zúčastní se dítě dobrovolně a svobodně.

O řádu ve hře se zmiňuje i Huizinga (1971, s. 17). *Uvnitř hracího prostoru panuje specifický a bezpodmínečný řád. Do nedokonalého světa a zmateného života vnáší dočasně omezenou dokonalost. Nejmenší odchylka od řádu hru kazí, zbavuje ji jejího charakteru a znehodnocuje ji.*

Dále Huizinga (1971, s. 15–17) popisuje další ze znaků hry:

- *Hra není „obyčejný“ nebo „vlastní“ život – je spíše vystupováním z takového života do dočasné sféry aktivity s vlastní tendencí.*
- *Uzavřenost a ohraničenost – odehrává se v určitých časových a prostorových hranicích. V tomto prostoru panuje právě výše zmiňovaný řád.*

Specifikuje i slova, kterými lze nazývat prvky hry: *napětí, rovnováha, vyváženost, střídání, kontrast, variace, spojování a odlučování, rozkládání. Hra spojuje a rozlučuje. Upoutává. Přitahuje – okouzluje.*

Huiziga výše zmiňuje, jako jeden z prvků hry vyváženost. V oblasti zážitkové pedagogiky se při plánování programu, nebo kurzu setkáváme s pojmem dramaturgická vlna. Pomocí této vlny se vytváří rytmus, rovnoměrnost a vyváženost celého kurzu. Dramaturgickou vlnou se zabývají při tvorbě kurzu, nebo programu Franc, Zounková, Martin (2007 s. 35). Popisují, že pomocí vln, které se pravidelně a rovnoměrně proplétají, vznikne ideální případ zacílený na všechny stránky a smysly osobnosti. Dojde tak k docílení rovnováhy v oblasti sociální, fyzické, kreativní i psychologické, což zaručuje vyváženost intenzity aktivit v programu.

Pro naši psychiku je více než přirozené, že každý děláme rád to, co nás baví, při čem máme příjemný pocit, kladné myšlení, zažíváme pohodovou atmosféru plnou pozitivní energie. Rubáš (1997, s. 19) vše jmenované popisuje jako podstatné znaky hry. Popisuje také základní prvky hry, které mají psychologický význam na člověka:

- *Motivace* – v několika formách, nejen v základní potřebě hrát si ale i v individuálních požitcích ze hry, nakonec i výkonová motivace, tedy hlavně vyhrát
- *prožitek, potěšení, libost;*
- *svoboda, možnost vlastního rozhodnutí, osobní volby;*
- *tvořivost, kreativita, velké většiny herních situací;*
- *role hráče, účastníka hry nabízí řadu variant* – můžeme porovnat schopností řadového člena, kapitána, celého družstva, diváka, vedoucího, rozhodčího;
- *emoce* – emoce můžeme prožívat jako účastník hry i jako divák;
- *kooperace, možnost a nutnost spolupráce, nejen v herní součinnosti ale i dosažení vítězství* – obojí souvisí především s motivací účastníků hry;
- *pestrost, proměnlivost herních situací v závislosti na mnoha skutečnostech;*
- *předvídavost, časová i prostorová a s tím spojené předjímaná řešení, nejčastěji na bázi, propojení myšlenka – řeč;*

- *diagnostický význam hry, tedy – kdo je kdo.* Spontánní chování při hře je výborným nástrojem k poznání dítěte nejen v mladším školním věku ale i dospělých.

Jedním z prvků hry, který má psychologický význam na člověka je tedy výše zmiňovaná svoboda. Průcha (2013, s. 18) uvádí, že právě svoboda, možnost vlastního rozhodnutí a osobní volby jsou také součástí jedné z výchovných metod pedagogiky volného času, metody animace. *Ta je založená na nedirektivních metodách povzbuzování mladých lidí k hledání vlastní cesty životem. Zároveň se jim předkládá velké množství přiměřených, zajímavě strukturovaných pozitivních možností seberealizace. Důraz je na otevřenosti výchovné situace – dobrovolnosti, možnosti volby prostoru pro iniciativu vychovávaných a na vytváření rezistence vůči negativním sociálním vlivům.*

Rubáš (1997, s. 24) se také zabývá obsahem herní metodiky, a apeluje na to, že u dětí budujeme vztah k pohybovým a sportovním aktivitám hlavně pomocí pohody, která by u her a zábavy neměla chybět. U dětí v mladším školním věku bychom měli v první řadě respektovat:

- *všestranné působení, jako základní princip;*
- *přirozenost dětské motoriky – spontánní pohyb u dětí je na prvním místě;*
- *prožitkovost veškerého konání;*
- *senzitivní zóny rozvoje pohybových schopností;*
- *základní hry přiměřené chápání a zkušenostem;*
- *menší schopnost udržet pozornost-obměňovat;*
- *jednoduchost pravidel;*
- *soutěživost;*
- *námětové a konstruktivní hry;*
- *hry s co nejširším dosahem, ať už hry, u kterých se dá rozvíjet mnoho schopností anebo dovedností.*

Důležitou charakteristikou hry je práce se skupinou. Před zahájením hry, dochází k náhodnému, nebo k předem určenému výběru skupiny lidí. Tato skupina má společný cíl, snaží se společně spolupracovat a plnit dané úkoly. Autoři Hájek a Harmach (2004, s. 8) definují pojem *Tým, jako nejčastěji užívaný ve sportovních aktivitách. Týmy se ale utvářejí také v různých institucích a sdruženích k zajištění určitého definovaného úkolu, pro reprezentaci v soutěži, která se sportem nemá nic společného.*

Při práci s hrou je klíčová motivace. Lokšová (1999, s. 9–15) charakterizuje motivaci jako: *souhrn činitelů, které podněcují, energizují a řídí průběh chování člověka a jeho prožívání ve vztazích k okolnímu světu a k sobě samému.* Pro rozvoji schopností a vlastní osobnosti dítěte je důležité vyjádřit a podporovat rozvoj vnitřní motivace dětí k učení, což je jedním z nejdůležitějších cílů vzdělávání a výchovy dětí. Pokud budou při volbě činností zvolené odpovídající způsoby vnější a vnitřní motivace, dáváme tím jisté kořeny k tomu, aby probíhal pozitivní vývoj osobnosti dítěte. Motivace je zapotřebí uzpůsobit cíli a obsahu výuky a věkovému období dítěte. *Vhodná motivace může vyvolávat a udržovat zájem dítěte o učení vůbec, o daný předmět, o určitou učební činnost. V jiných případech však může učitel nevhodným používáním motivačních činitelů rozvíjení žákovy vztahu k učení brzdit nebo přímo vyvolávat nezájem, indiferentní postoj, či dokonce odpor. Pokud má učitel hledat optimální přístup k motivování žáků, ve vyučování, musí zjistit, které potřeby jsou v hierarchii daného žáka dominantní. Motivace chování člověka může vycházet:*

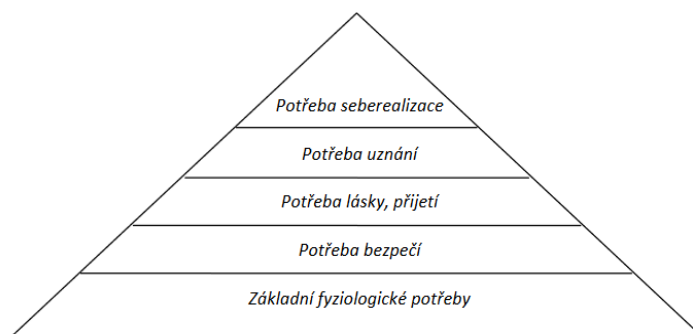
- převážně z vnitřních pohnutek, z vnitřní potřeby (potřeba je chápána jako pocit člověka z vnitřního nedostatku, nebo naopak přebytku, v případě, že je narušena rovnováha organismu. Tyto potřeby mohou být buď naučené, nebo vrozené, tedy dědičné. *Člověk vykonává určitou činnost jen kvůli ní samé, aniž by očekával jakýkoliv vnější podnět, ocenění pochvalu, nebo jinou odměnu.*)
- Převážně z vnějšího popudu (jsou za něj označovány vnější podněty, události a jevy, které mají schopnost vzbudit a zpravidla i uspokojit potřeby člověka, které mohou být pozitivní i negativní. *Člověk se neučí z vlastního zájmu, ale pod vlivem*

vnějších motivačních činitelů. Chování člověka je tedy jen nástrojem k dosažení vnějších motivačních činitelů. Jako je odměna, nebo vyhnutí se trestu).

Lokšová (1999, s. 13) dále popisuje, že potřeby člověka vytvářejí složité hierarchicky uspořádané vztahy v rámci struktury jeho osobnostní hierarchie potřeb. Tyto potřeby dělíme na:

- primární, fyziologické vrozené potřeby – řadíme mezi ně, potřebu jídla a pití, spánku, aktivity, tepla, sexuální potřeby
- sekundární potřeby, psychické – *utvářejí se v průběhu ontogeneze*. Jejich rozvoj je dán společenskými faktory, mezi které patří potřeba poznání, seberealizace, sociální potřeby jako je přátelství, soutěž, kontakt s lidmi, láska.

Maslowova pyramida potřeb:



I podle Hájka (2011, s. 170) *má motivace vyvolat potřebu a současně také ukázat cestu, jak ji uspokojit*. Motivace děti:

- *aktivizuje* – aktivizace musí být přiměřená věku dítěte. To znamená, že čím je dítě mladší, tím více se váže na elementární potřeby a na smyslové zážitky, které předtím zažilo;

- *reguluje* – udává, co by si mělo dítě osvojit, naučit, vykonat a jak by mělo správně postupovat;
- *posiluje* – chování, které je u dítěte žádoucí a jeho směr.

Pokud dojde u člověka k vyvolání potřeby, vzniká tím motiv, což je důvod, proč lidé začínají jednat daným způsobem, něco, co je příčinou činnosti a jednání člověka. Každý po něčem touží a uvědomuje si jaké má potřeby, zájmy hodnoty, myšlenky a cíle a toto vše v nás rozvíjí intenzivnější činnost.

Němec (2002, s. 93) popisuje motivaci takto: před začátkem každé hry by měl vychovatel zvážit a promyslet správnou motivaci, která bude hře předcházet. Motivace by měla navodit atmosféru a situaci, která by byla pro děti přitažlivá a přilákala je zúčastnit se. Tato motivace může být podána ve formě, pohádky, legendy, příběhu z novin, knih či časopisů. Může být ale také ukrytá a zašifrována v tajemném poselství v dopise či na flash disku. *Motivace je v podstatě „určitý výsek“ z reálné situace a naznačuje už hráčům možný průběh hry. Představuje jednotlivé role hráčů, podkryvá jejich charakterové vlastnosti, zasazuje děj do jakoby reálného prostředí, ve kterém se hra uskuteční.* To, jak motivaci formulujeme má za následek prožitky hráčů, které při hře prožívají a které si z ní odnášejí.

I Hanuš a Chytilová (2009, s. 63–72) v zážitkové pedagogice, považují motivaci za velmi významnou oblast s nezastupitelnou rolí. Motivace nám poskytuje jednat, růst a rozvíjet se. Motivace se ukazuje i u malého dítěte, které poznává svět, ptá se, je zvědavé, prohlíží si věci, aby zjistilo, co to je, nebo co to dělá. Motivace je téměř pudová potřeba a často se u lidí vytrácí již v mladém věku. Proto přicházejí na řadu prostředky, které člověka motivují. Autoři sepsali ve své publikaci devět zákonů motivace:

- *Chcete-li motivovat, musíte být sami motivováni.*
- *Úspěch motivuje.*
- *Motivace má dvě stádia – vytyčit cíl a ukázat, jak cíle dosáhnout.*
- *Uznání motivuje.*
- *Motivace je nikdy nekončící proces.*

- *Vlastní účast motivuje.*
- *Každý pokrok musí být zřetelně viditelný.*
- *Výzva k akci motivuje jen tehdy, je-li možno zvítězit.*
- *Ztotožnění se se skupinou motivuje.*

Jako klíčový prostředek pro zevní motivování žáků uvádí vlastní osobnost učitele. U pedagoga mohou vzniknout největší chyby, protože on je ten, který hru, program a výuku uvádí. S ohledem na prostředí, druh akce, nebo roční období řadíme mezi prostředky motivace film, videozáznam, rozhlasová hra, kniha, povídka, báseň, fotografie, obrazy, legenda, myšlenka, hudba, přednáška, lektor, scénka, hra, vlastní zapojení a vlastní prostředí.

2.1.2 Dělení her

Na způsob a druhy dělení her můžeme narazit hned v několika zdrojích literatury. Hra je velice variabilní a třídíme ji dle mnoha znaků.

Mišurcová (1989, s. 31) *dělí hry z pedagogického hlediska do dvou velkých skupin. Na hry tvořivé a hry s pravidly.*

Hry tvořivé jsou takové hry, u kterých si může dítě samo zvolit námět hry, i to, jak bude hra probíhat. Vznikají volně a spontánně. Hry tvořivé se dále se dělí na:

- *hry předmětové* – dítě poznává vlastnosti předmětů, které ho obklopují pomocí manipulace s nimi, tím je poznává a jsou díky tomu rozvíjeny jeho smysly;
- *hry úlohové (námětové)* – dítě si hraje na roly dospělého, kterého napodobuje včetně jeho činností a chováním k druhým lidem, tak, jak vztahy pozoruje;
- *dramatizační* – jde v podstatě o snění dítěte, které si vytváří a prožívá ve své představě vlastní děj, prožívá situace, hovoří smyšleně s lidmi;

- *konstruktivní* – dítě si záměrně hraje s pomůckami, předměty nebo materiálem, které tím, jak vypadají, připomínají skutečnou podobu vzhledem nebo použitím.

Hry s pravidly navazují na hry tvořivé. Jejich náplní je počínání dítěte k druhým hráčům. Aby dítě dokázalo jednat s ostatními lidmi a přijímat názory ostatních. Dělíme je na:

- *hry pohybové* – patří sem hry rychlejšího tempa nebo míčové hry,
- *hry didaktické* – jsou to hry, u kterých jsou pedagogickým záměrem rozvíjené intelektuální schopnosti dítěte.

Autor čtyř encyklopedií her Miloš Zapletal dělí hry na:

- *hry v přírodě*
- *hry v klubovně*
- *hry na hřišti a v tělocvičně*
- *hry ve městě a vsi*

Podle Rubáše (1997, s. 12) se můžeme nejčastěji setkat jak ve školní, tak v tělovýchovné praxi se členěním her na:

- *malé hry* – přirozené pohybové hry
- *velké hry* – soutěže a sportovní hry
- *netradiční hry*

3 Specifika vývoje dětí mladšího školního věku

Všechny bytosti se po celý život vyvíjejí v mnoha oblastech a fázích, který nám nabízí. Dochází postupně k růstu a psychickému vývoji.

Helus (2004, s. 197) konstatuje, že *vývoj osobnosti není jen proudem změn, ale má svou strukturu, člení se na stádia, která se jedno od druhého liší zřetelnými znaky, a následují po sobě v určitém zákonitém sledu. Průběh předchozích stádií pak ovlivňuje, jak proběhnou stadia následná.*

Porozumění vývoji dítěte, jeho následné vysvětlení a schopnost vyvodit si správné závěry, je pro vychovatele velice důležité. Každý se při daných situacích jinak projevujeme, chováme a jinak je prožíváme.

Naplňování a organizace volného času ve školní družině má podstatný vliv na výchovu dítěte. Každý vychovatel potkává denně ve své praxi jedinečné bytosti, které během svého vývoje neustále rozvíjí svoji osobnost. Kromě rodiny dětí má právě vychovatel možnost osobnost dítěte pozitivně ovlivnit. Spolupráce vychovatelů s rodiči dětí je velkým úspěchem (Vágnerová, 2000, s. 11).

Podle Pávkové (2003, s. 23) je *pro práci vychovatelky důležité poznávání individuálních zvláštností dětí i orientace v základních poznatcích o vývoji dítěte v konkrétním věkovém období. Děti docházející do školní družiny patří do věkové kategorie mladšího školního věku, který přibližně zahrnuje dobu docházky na první stupeň základní školy. V psychické nebo tělesné vyspělosti se děti mohou značně odlišovat.*

S postupem času také projevujeme jistou samostatnost. Jedním z významných vnitřních činitelů tohoto vývoje je věk, který je nutno nepřehlížet a respektovat jej. Mimo věk jsou dalšími vnitřními činiteli uváděny, pohlaví, fyzická konstituce, fyzická kondice a zdravotní stav člověka.

Období mladšího školního věku je velice důležitou etapou v životě člověka, jelikož dítě přechází ze světa her do světa povinností a úkolů, které jsou součástí školy. Jako vychovatelé ve školních družinách, nebo na již zmiňovaném táboru, se při vymýšlení

realizovaných aktivit a her zaměřujeme zejména na děti navštěvující první stupeň základní školy, kde se snažíme rozvíjet jejich specifické zájmy. Proto je důležitá znalost charakteristiky a zvláštností provázející tohoto období, jak v oblasti sociální, emoční, fyzické i psychologické. Podle těchto zvláštností přizpůsobujeme slovní zásobu, určujeme pravidla, bezpečnosti při hře, vymýšlíme pomůcky, názorně ukazujeme průběh aktivit, vybíráme náročnost úkolu, prostory pro hru a vhodnou motivaci.

V odborných publikacích se dozvídáme, že ne všichni autoři se shodují na věkovém rozdělení dětí navštěvujících první stupeň základní školy, popřípadě její družinu:

- Autor Průcha (2009, s. 158) charakterizuje toto období celkově jako mladší školní věk, *který se dá vyměřit jednak časově (přibližně od 6–10 let), jednak školní docházkou (1. - 5. ročník ZŠ).*
- Autorka Vágnerová (2012, s. 255) rozděluje první stupeň docházky základní školy na dvě etapy. Raný školní věk (děti ve věku od 6 do 9 let) a střední školní věk (děti ve věku od 9 do 11–12 let).
- Matějček (1998, s. 79) uvádí ve své publikaci rozdělení docházky prvního stupně, na mladší školní věk (děti ve věku 6–8/9 let) a střední školní věk (děti ve věku 9–12 let).

Vágnerová (2000, s. 134) vystihuje, že důležitým sociálním mezníkem v životě dětí je právě nástup do školy kolem 6 roku života. Dítě se na tuto dobu připravuje a je na ni upozorňované okolím i rodiči. Přejít z mateřské školy na základní školu přináší v životě dítěte především změnu sociálního postavení a poznamenává ho neopomíjeným způsobem. Dítě se přizpůsobuje soužití mezi spolužáky, učiteli a vychovateli a dosahuje výrazných pokroků, které jsou pro jeho budoucnost nesmírně důležité.

Vágnerová (2012, s. 255) také uvádí, že tato doba nese mnoho vývojových zvláštností, které jsou typické právě pro děti mladšího školního věku:

- dítě je nyní v roli školáka, naučí se nejenom číst, psát a počítat, ale dochází i k dalšímu rozvoji osobnosti. Zdokonaluje a rozvíjí své dílčí schopnosti a dovednosti. A získané schopnosti umějí využívat;
- vzhledem k neustálému zrání CNS dochází ke zlepšení regulačních kompetencí u dítěte a tím se stává více emočně stabilní a odolnější proti zátěži. Snadno ale podléhá únavě, proto je zapotřebí střídání odpočinku a duševní práce. I autor Vecheta (2009, s. 21) je názoru, že je zapotřebí střídání fyzické i psychické zátěže, aby byla únosná pro každého jednotlivce a přetěžování zamezit i za cenu rychlejšího dosažení cíle.
- dítě chápe hodnotu a smysl školního vzdělávání a přizpůsobuje se jeho režimu. Je pro něj důležité, jaký postoj k této oblasti zaujmají jeho rodiče;
- v tomto období se dítě připravuje na dobu dospívání a prochází méně nápadnými změnami. Mezi základní charakteristiky patří utváření sociálních rolí, postavení a pozic mezi vrstevníky, které dítě provází v budoucnu a má význam na dalším osobnostním vývoji. Jde o období relativního klidu a pohody.

3.1 Tělesný vývoj a rozvoj motoriky dítěte mladšího školního věku

Pávková (2003, s. 26) popisuje u období mladšího školního věku nápadný růst dětí do výšky. Vývoj kostry však není dokončen. Osifikace kostí u dětí nadále pokračuje. Proto je zapotřebí, abychom tělo nezatěžovali jednostranným pohybem, který by vedl k vadnému držení těla, jelikož děti mají v tomto věku zvýšenou potřebu pohybu. Do osmi let je výkon při pohybu pro dítě vedlejší, daleko více upřednostňuje spontánní pohyb.

Matějček (2007, s. 75) uvádí, že především pro chlapce středního věku mají vysoké postavení na jejich žebříčku hodnot soutěže typu, kdo dál, kdo výše, kdo déle, kdo lépe. Uvádí, že je to způsobeno velkým intelektuálním vývojem, díky

kterému daleko více chápou pravidla, které se snaží respektovat. Veliký význam má pokrok v pohybovém vývoji. Děti by se v prvních třídách základních škol měli naučit základní dovednosti, které jsou mezi skupinou velmi ceněné. Je to například jízda na kole, plavání, lyžování, bruslení.

Langmeier (2006, s. 120) *významně a souvisle se během celého období zlepšuje hrubá a jemná motorika. Pohyby jsou rychlejší, svalová síla je větší a nápadná je zejména zlepšená koordinace všech pohybů celého těla.* Společně s působením pedagogického vedení přináší dětem období mladšího školního věku rozvoj motoriky a také lepší výkon učení psaní a kreslení. Tento výkon není podmíněn pouze věkem dítěte, ale také vnější motivací, která přichází ze strany rodičů. Podpora či naopak tlumení těchto aktivit může výrazně ovlivnit výkon dítěte.

3.2 Vývoj kognitivních procesů dítěte mladšího školního věku

Allen (2008, s. 128) *v prvních třídách základních škol zůstává nadále jednou z nejdůležitějších činností z hlediska kognitivního vývoje hra, která se ovšem také výrazně podílí na sociálním vývoji. Hraním si dítě osvojuje všechny možné schopnosti.*

Jako známky kognitivního vývoje u dětí mladšího školního věku jsou považovány tyto procesy:

- Vývoj zrakového a sluchového vnímání.

Dosahuje v období mezi 5 a 7. rokem takové úrovně, která je zapotřebí ke zvládnutí čtení a psaní. Děti mění svůj způsob uvažování, vnímání a nastává rozdíl i v jejich interpretaci. Vše probíhá ve vzájemné interakci s vývojem rozumových schopností. U dětí dochází ke zlepšení vidění na blízko a lépe zpracovávají složitější obrazce. Zrakové vnímání, a to do jaké míry je efektivní ovlivňuje koordinace očních pohybů (Vágnerová, 2012, s. 261).

Zejména u zrakového a sluchového vnímání pozorujeme ve školním věku nápadné posuny. Děti jsou pozornější, vytrvalejší, vše kolem sebe důkladně zkoumají, jsou pečlivé a ve svém vnímání méně závislé na svých okamžitých přáních a potřebách, jako tomu bylo dříve (Langmaier, 2006, s. 120).

Šimíčková – Čížková (2010, s. 106) *vnímání se stává cílevědomým aktem, přestává mít ráz náhodnosti a stává se pochodem zaměřeným na poznávání podstaty vlastností předmětů a jevů.*

➤ Rozvoj smyslového vnímání

Smyslové vnímání je druhou složkou senzomotorické aktivity a v tomto období se neustále vyvíjí. Vnímání není jen celek elementárních vjemů, které se zrodí působením prostých podnětů na smysly. *Je to složitý psychický akt, na němž jsou zúčastněny všechny složky osobnosti člověka – jeho postoje, očekávání, soustředěnost a vytrvalost, dřívější zkušenosti, zájem i dosud rozvinuté schopnosti* (Langmeier, 2012, s. 120).

➤ Představivost, paměť a pozornost specifikují Šimíčková – Čížková (2010, s. 107).

Představivost dítěte dosahuje u dítěte vrcholu. Dítě potlačuje dřívější fantazii realitou a tím jeho představivost přichází o předchozí spontaneitu. Nabývá schopnosti rozlišit fantazii od skutečnosti a vnikat do životní reality. S pojmy zachází v závislosti na školní práci a rozvíjí se úmyslná a záměrná představivost. *Jde o důležitý moment ve vývoji představ, přechod od bezděčného vzniku představ ke schopnosti záměrně vyvolat potřebné představy.*

Paměť na počátku školní docházky převažuje neúmyslná, mechanická, která je spojená s vnímáním a je doporučeno názorné vyučování. K tomu, aby dítě navázalo na předcházející poznatky nové je zapotřebí pomoci dospělého a správné motivaci k činnosti. Paměť dítěte se zdokonaluje a snaží se úmyslně zapamatovat. *Paměť je tím efektivnější, čím jasněji si dítě uvědomuje cíl a účel zapamatování.*

Pozornost dítěte rozhoduje o tom, jak kvalitní budou jeho ostatní poznávací procesy a jak bude dítě vynikat v učení. Počátkem školní docházky je pozornost krátkodobá a spontánně zaměřená. *Převládající vzruch nad útlumem způsobuje neustálé přerušování pozornosti.* Dítě ještě nemá dostatečně vytvořené autoregulační mechanismy a snadno se vyčerpá, proto je důležité úkoly a formy činností často střídat. Dobré je zařazení relaxačních a hravých cviků.

➤ Vývoj myšlení, zpracovávání informací a řešení problémů.

Vágnerová (2012, s. 266) *rozvoj myšlení se u mladších školáků projeví používáním takové strategie uvažování, která se řídí základními zákony logiky a respektuje vlastnosti poznávané reality, ať už v její aktuální podobě nebo na úrovni zafixované zkušenosti.* U dětí vzniká objektivnější pohled na časové, prostorové, číselné i jiné představy. Děti začínají systematictěji analyzovat, klasifikovat a diferencovat. Proměna je však postupná a může stále docházet k výkyvům uvažování. Děti také umějí překonat vázanost a jeden aspekt a dokáží objevovat možnosti využívání dostupných informací. *Dítě mladšího školního věku je zaměřeno na poznání skutečného světa.*

Také Langmeier (2006, s. 118) uvádí ve své publikaci, že *můžeme raný školní věk smysluplně psychologicky charakterizovat jako věk střízlivého realismu.* Tento realismus se projevuje v kresbě, hře, písemných projevech i čtenářských zájmech. Dítě touží po reálných činnostech, a má zájem objevovat, jak fungují věci doopravdy.

Matějček (1994, s. 58) také mluví o období středního školního věku jako období vyrovnané konsolidace a označuje ho jako věk střízlivého realismu, ve kterém děti chtějí pochopit, jak se vše děje doopravdy. Oproti věku předcházejícím, kde se vše odvíjí spíše od vlastních tužeb, fantazie a přání. Realita se stává předností a dítě chce pochopit svět, jaký opravdu je. I ono samo ve svých úlohách a hrách věrně napodobuje věci tak aby byli co nejpodobnější předloze. Dítě je nejdříve

závislé na ve svých představách o realitě na okolním světě. To, co slyší v rodině a škole považuje za pravdivé. Teprve až později se stává k okolním realitám více kritickým. Velice zde záleží na postoji vychovatelů, zda kritičnost dítěte tolerují, podporují, nebo potlačují.

➤ Vývoj způsobu chápání času.

Umožňuje dětem lepší chápání v řazení různých událostí. Pro dítě má specifický význam vytváření osobního časového teritoria, ve kterém zaznamenává dění a prožité události, především současnost, blízká minulost a očekávání brzké budoucnosti. Dítě se učí rozlišovat délku trvání dění, ať již ve formě, jak dlouho trvá cesta do školy, nebo osvojením si znát hodiny. Děti již v tomto období chápou časovou nezvratnost a to, že není možné jej vrátit zpět (Vágnerová, 2012, s. 275).

➤ Vývoj řeči

V období mladšího školního věku je velice výrazný rozvoj řeči a dochází k rozšiřování slovní zásoby. Věty i souvětí nabývají na složitosti, což je také podmíněno formálním učením ve škole. *Rychlý vývoj řeči podporuje rozvoj paměti, která se nyní může opírat o systém slovních výpovědí. Jak krátkodobá, tak dlouhodobá paměť je ve školním věku stabilnější* (Langmeier, 2006, s. 123).

Děti umějí porozumět verbálnímu sdělení jiné osoby a zvládají určitou situaci samostatně okomentovat. Jejich slovník se neustále obohacuje o nové, specifické pojmy. Jsou již schopny vést rozhovor s druhou osobou, porozumět významu položených otázek a odpovídat celou větou či souvětím. (Vágnerová, 2005, s. 260).

3.3 Emoční a citový vývoj

Psychoanalýza dítěte označila mladší školní věk, jako období latence, tedy jako období spánku. V tomto spánku utichá emoční a pudová složka a je ukončena část psychosexuálního vývoje. Emoční a pudová složka se probírají v plné síle opět až v období pubescence (Langmeier, 2006, s. 118).

Pávková (2003, s. 28) popisuje, že *city dětí jsou dost povrchní a nestálé, i když zejména v druhé polovině období dochází k jejich rychlému rozvoji, zlepšuje se ovládání citových projevů. Děti mají v tomto věku ještě malou schopnost vžít se do pocitů druhých, proto se mohou jevit jako bezcitné (posmívají se, žalují).*

Vágnerová (2012, s. 305–308) specifikuje emoční vývoj jako *zrání dětského organismu, především CNS, které se projevuje zvýšením emoční stability a odolnosti vůči zátěži.* Rozvíjí se emoční inteligence, a děti se učí lépe rozumět svým pocitům. Vyznat se v osobních pocitech i pocitech druhých a umět s nimi lépe zacházet. Dětem se lehčeji hovoří o pocitech druhých nežli svých vlastních. Své emoční zážitky si děti umějí vysvětlit racionálnější uvažováním, ale zároveň si například nechtějí připustit, že mají strach. Ve školním věku si také děti potvrzují, co vše zvládnou a jaký podají výkon, čímž rozvíjejí sebehodnotící emoce, u kterých si posilují míru jistoty své vlastní přijatelnosti, v případě úspěchu, nebo v případě neúspěchu pocit nedostatečnosti a méněcennosti. Vztahy v blízkém okolním světě slouží dětem jako emoční opora. U malých dětí jsou touto oporou rodiče, rodina a poté pro děti středního věku jsou to stále více jejich spolužáci a vrstevníci, se kterými mají možnost emočního sdílení.

Matějček (1998, s. 79) považuje období mladšího školního věku za přechod mezi předškolním hravým dítětem a vyspělým chováním školáka. Vzhledem k tomuto přechodu jsou děti více zranitelné a rozkolísané a je zapotřebí citlivý přístup jak ze strany rodičů, blízkého okolí i vychovatelů. Charakteristická je hravost dítěte a značná sugestibilnost. Dítě se dokáže soustředit jen na jednu věc, a to po dobu max. 10 minut. Děti stále milují pohádky a při hrách se bez zábran mísí chlapecké a dívčí skupinky. Proto

jsou u dětí tohoto věku tak oblíbené různé „pokusy“. Školákovi je stále bližší seznamování se světem okolo nás pomocí kontaktu s knihami, které ho poučují a seznamují s novými informacemi. Encyklopedie, vzdělávací časopisy, cestopisy jsou dětmi často vyhledávané. Děti preferují spíše realistické zpracování těchto ilustrací, kde vidí obraz, který odpovídá skutečnosti.

Vágnerová (2005, s. 292) uvádí, že ve školním věku je vstup do školy velice důležitý ze socializačního hlediska. Pro dítě právě nástup do školy představuje další odloučení a odklon od rodiny. *Školní věk je další fází přípravy na život ve společnosti, respektive její více zaměřenou variantou, která může být ze sociálního hlediska rozhodující.* Socializace dítěte a *potřeba kontaktu s vrstevníky je považována za jednu z nejvýznamnějších potřeb školního věku. Vrstevnická skupina se stává významným socializačním prostředím.* Po nástupu dítěte do školy se stává jednou z nejdůležitějších potřeb i kontakt s kamarády, který se nejvýznamněji prohlubuje v období středního dětství. Vrstevnické skupiny se mohou vytvářet na různých místech, ve škole, v místě bydliště dětí, na zájmových kroužcích. Pro tyto skupiny je typické stejné pohlaví a věk jejích členů. Kamarádi jsou pro sebe navzájem určitou emoční oporou, mohou se dělit o své zážitky a získávají další nové sociální dovednosti, například se učí spolupráci nebo soupeření. Pro mladšího školáka je kamarád ten, kdo s ním tráví více času, má stejné záliby nebo je to blízká osoba.

4 Praktická část

Praktická část je zaměřena na tvorbu návrhu programu příměstského tábora při družině školy. Tato škola sídlí na vesnici a tábor zde probíhá již několikátým rokem. Školu navštěvuje asi 250 žáků a na tábor se každým rokem hlásí více a více dětí. Posledním rokem byl počet zúčastněných dětí asi 60. Podstata příměstského tábora spočívá v denní docházce dětí, kde po absolvování programu v čase 8–16 hodin na rozdíl od běžného tábora, odcházejí děti domů a vracejí se znovu až ráno. Tento příměstský tábor trvá jeden týden, tedy pět pracovních dnů, od pondělí do pátku.

4.1 Cíl praktické části

Cílem praktické části je návrh programu, který zahrnuje aktivity pro týdně příměstský tábor družiny školy na základě rozhovoru s vychovateli.

4.2 Popis metodologie rozhovorů s vychovateli, realizujících tábor v minulých letech

Při navrhování aktivit vycházím z výstupů rozhovorů se třemi vychovateli školní družiny a praktikantkou, která si v rámci tábora vykonávala praxi.

Rozhovory jsem realizovala různým způsobem: u jedné vychovatelky osobně a u dalších třech dotazovaných vzhledem k epidemiologické situaci telefonicky. V rozhovoru jsem kladla otevřené otázky, ve kterých jsem se zaměřila na zkušenost s realizovanými činnostmi na táboře i zkušenost s celou strukturou programu a jeho podmínkami.

Otevřené otázky pokládané vychovatelům:

1. Co je dle vašich zkušeností od tábora očekáváno? Seřad'te, jaké výhody považujete za nejdůležitější?
<p>A. Hlídaní dětí</p> <p>B. Zábava dětí o prázdninách</p> <p>C. Kontakt dítěte s kamarády</p> <p>D. Program s bonusem vzdělávání</p> <p>E. Rozvoj dětí v budování žebříčků hodnot, budování postojů</p>
2. Jaké činnosti se v minulém táboře osvědčily a vztahovali se k budování hodnot a postojů?
3. Jaké činnosti jsou podle vás nejlepší pro kontakt dítěte s kamarády, včetně seznamovacích?
4. Jaký způsob se vám osvědčil při sestavování skupin dětí? Měnily se skupiny v průběhu činností (variabilní stálé), výhody/ nevýhody?
5. Jaké činnosti jste zařadili na táboře ke vzdělávání dětí?
6. Jaké činnosti byste na základě předchozích zkušeností zařadili pokaždé a proč?
7. Které z činností byste naopak na příměstský tábor nikdy po předchozí zkušenosti nezařadili? Proč?
8. Z jakého důvodu byste považovali za vhodné strukturovat činnosti do celotáborové hry? Proč?
9. Jaké činnosti je dle vašeho názoru nejlepší zařadit do dopoledního programu, jaké do odpoledního? Proč?
10. Jak pracujete s vyvážeností fyzických a psychických aktivit?
11. Jaký prostor v programu poskytujete pro odpočinek a volnou hru dětí?
12. Které z činností bývají u dětí nevyhledávanější a proč?
13. Jaký program je na základě vašich zkušeností u dětí nejoblíbenější? Seřad'te podle oblíbenosti.
<p>A. soutěživé hry (bojovky, štafety, soutěže v dovednostech)</p> <p>B. kooperativní hry</p> <p>C. umění – umělecký program-výtvarný – hudební – dramatické</p> <p>D. sportovní aktivity (sporty s pravidly – fotbal, florbal, volejbal..)</p> <p>E. výlety (pěší turistika autobusem, zájezdy)</p>
14. Jaké jsou podle Vás nejosvědčenější programové možnosti v případě nepříznivého počasí?
15. Jak pracujete s motivací dětí ke hře?

Otázky jsem vychovatelům poskytla s dostatečným předstihem, aby se na ně mohli připravit a oživit si ve své mysli vzpomínky na poslední tábor, který se konal před dvěma lety. Poté jsem rozhovory vyhodnotila do výstupů. Odpovědi vychovatelů jsou citovány jejich vlastními slovy.

4.3 Charakteristika prostředí a skupiny účastníků se tábora

- Prostory školy, ve kterých se příměstský tábor odehrává, disponují velkým zázemím. Včetně všech učeben, chodeb, jídelny, tělocvičny, kuchyňky a prostorného suterénu, jsou táboru k dispozici také poměrně rozsáhlé venkovní pozemky v jejím přilehlém okolí, kde je nejenom spousta jehličnatých a listnatých stromů, bylinková zahrádka, ohniště ale i velké travnaté, betonové a workoutové hřiště.
- Skupina dětí účastníků se tábora, je vychovateli, kteří tábor realizují poměrně známá, jelikož se s některými z nich vídají nebo v minulosti vídali v prostorách školní družiny. Tábora je ale účastní i kamarádi dětí, které studují na jiné škole. Na tábor je přijímáno na základě přihlášky 60 účastníků. Jedná se o děti mladšího školního věku. Nejmladší děti se většinou tábora při družině školy účastní poprvé v době letních prázdnin. Tedy v době, kdy mají za sebou docházku do první třídy. Jsou to tedy děti ve věku 7–12 let.
- Příměstský tábor organizují tři vychovatelé a tři praktikantky. Celý tábor předchází pečlivá příprava a plánování. Každý z týmu se osobně připravuje a poté se několikrát společně sejde na schůzkách, kde se plánuje scénář a důležité záležitosti.

4.4 Výstupy rozhovorů jako východiska pro návrh příměstského tábora

1. Co je dle vašich zkušeností od tábora očekáváno? Seřad'te od A do D, jaké výhody považujete za nejdůležitější?

A. Hlídaní dětí.

B. Zábava dětí o prázdninách.

C. Kontakt dítěte s kamarády.

D. Program s bonusem vzdělávání.

E. Rozvoj dětí v budování žebříčků hodnot, budování postojů.

- Renata: *za nejdůležitější považuji C, poté E, D, B, A.*
- Pavel: *považuji za důležité všechny možnosti, kdybych ale musel seřadit, bylo by první B, protože děti mají mít o prázdninách zábavu s kamarády a odpočinout si od školních povinností. Takže B, C, E a D vidím na stejné pozici, protože tím, že se děti vzdělávají, a to i každý den mnoha necílenými činnostmi si budují nové, nebo přehodnocují staré hodnoty a postoje. Nakonec bych dal A.*
- Hanka: *za mě bych seřadila C, E, D, B, A.*
- Sára: *pro mě je určitě nejdůležitější C, D, B, E a nakonec A.*

Výstup č. 1:

- Vychovatelé se shodují, že nejdůležitější je pro děti kontakt s kamarády. Dále považují za důležité budování a rozvíjení hodnot a postojů. Jako další výhodu tábora spatřují aktivity na rozvoj vzdělávání.

2. Jaké činnosti se v minulém táboře osvědčily a vztahovali se k budování hodnot a postojů?

- Renata: *společně vykonávané činnosti, při kterých děti nezištně pomáhaly druhým. Výměna rolí, kde se stalo dítě vedoucím skupiny místo vychovatele, tím se snažilo jít vzorem ostatním.*
- Pavel: *dítě si zvolilo svoji činnost podle svých hodnot a postojů v odpoledním programu a poté s pomocí vzoru vychovatele mohlo rozvíjet své postoje a hodnoty.*
- Hanka: *například u stezky odvahy se ukáže, jaký mají postoj děti k překonávání hranic a jak se navzájem podrží kamarádi. Poznávají i samy sebe. Společné činnosti na začátku tábora totiž ukázaly, jestli umí děti naslouchat a respektovat se. Řekla bych i u týmových sportů si děti budovaly postoje, aniž by to věděly. Starší děti už neříkaly těm mladším prcku, jako na chodbě ve škole ale dokonce jim pomáhaly a podporovaly je.*
- Sára: *už jen to že děti spolu plnily spoustu úkolů, budovaly si své hodnoty a postoje na základě třeba i toho, co jim bylo sympatické u jejich kamarádů, tím ty svoje prozatímni mohli rozšiřovat, nebo změnit.*

Výstup č. 2:

- jako činnosti na budování hodnot a postojů mi budou inspirací při navrhování programu všechny týmové činnosti, kde se budou děti navzájem podporovat, pomáhat si a budou si navzájem předávat podněty, nápady a tvůrčí myšlenky i schopnosti. Součástí programu bych zanechala v dostatečné míře i volný výběr pestrých činností což uvádí i ve kterých mohou děti poznávat sami sebe a rozvíjet každý své individuální potřeby.

3. Jaké činnosti jsou podle vás nejlepší pro kontakt dítěte s kamarády, včetně seznamovacích?

- Renata: *jsou to rozhodně činnosti v menších skupinách dětí, kde má dítě větší možnost navázání kontaktu a komunikace. Dále jsou to odpolední volitelné činnosti, podle hodnot a postojů a zájmů dítěte, ve kterých má možnost navázat kontakt s kamarády stejné „krevní skupiny“.*

- *Hanka: nejlépe mi přišli vhodné, rozmanité úkoly dětí v menší skupině, kde má každý možnost v něčem vyniknout a realizovat se, lépe se poznat. Dítě v menším kolektivu pozná i lépe povahu kamarádů a tím mezi sebou dokáže otevřeněji spolupracovat a bojovat za svůj tým.*
- *Pavel: na seznamování mi přijdou nejvíce vhodné rozmanité činnosti v menších týmech, ať už jsou sportovní, hudební, rétorické nebo výtvarné, kde každý přispívá něčím ze své fantazie, zkušeností, kreativitou a možná i darem osobnosti do svého týmu. Někdo je dobrý malíř, někdo dobrý sportovec, básník nebo zpěvák. Poté přes svůj tým, ve kterém jsou promísené ať již třídy nebo věkové kategorie se seznamují přes nové kamarády s dalšími.*
- *Sára: hry a soutěže obecně, ať už seznamovací na začátku nebo řízené v průběhu tábora. Při vlastní volbě odpoledních aktivit měly děti možnost trávit čas se svým kamarádem a zároveň ho seznámit s novým, třeba ze svého týmu. Ale díky tomu, že jsme tábor při družině školy, děti se už znají minimálně od pohledu, poté se ale mají možnost seznámit blíže. Seznamovací aktivity jsou určitě fajn, ty, kde se musí víc poznat, kde se každý v týmu snaží na něčem podílet a tím ukáže druhým, že například pěkně kreslí, zpívá, rýmuje, běhá, skáče, má chytrou hlavu, nebo šikovné ruce.*

Výstup č. 3:

- Do programu příměstského tábora budu na základě odpovědí vychovatelů navrhovat činnosti, úkoly, hry a soutěže v menších skupinách, tedy týmech, kde jsou si děti bližší a mají větší šanci vyjádřit svůj názor, poznat se a vyniknout. Svoji pozornost zaměřím také na dostatek volitelných odpoledních činností, kde dojde k většímu promísení dětí, a tedy i větší šanci poznání nových přátel, se stejnými zájmy. Činnosti dětí budu tedy rozdělovat do menších skupin nebo týmů. Týmové aktivity – vlajka, pokřik, Colour máz, deskové hry, stolní fotbal, florbal, branný závod, foto hádanka, vdechni věcem nový život, čichové pexeso, postav věž, drama dílna, tábornické výzvy, souboj básníků, noční hra, šipkovaná k lesu s úkoly a stanoviště, Land art, hra Klubíčko, turnaj basketbal.

4. Jaký způsob se vám osvědčil při sestavování skupin dětí? Měnily se skupiny v průběhu činností (variabilní, stálé), výhody/ nevýhody?

- Renata: *nejdříve jsme uměle vybrali nejstarší děti na táboře, kteří většinou absolvovali několik táborů. Poté jsme sestavovali děti podle tříd, aby byla v týmu věková zastupitelnost z každé třídy, aby nevznikl tým, například jen z první třídy. Kamarádi nemuseli být vždy spolu, to však nevylučovalo, že se nepotkali v odpoledních aktivitách. Měli jsme tedy stálé dopolední skupiny a variabilní odpolední dle výběru činností. V dopoledních stálých skupinách spatřuji výhodu v pocitu, že děti věděly, kam patří, a i my jako vychovatelé jsme se mohli spolehnout, že si děti vždy vedoucí jejich týmů pohlídá, spočítá a bude s nimi spolupracovat. Jako nevýhodu stálých skupin v dopoledních aktivitách vidím, že nebyli spolu například kamarádi, co spolu přišli na tábor i když jsme byli od sebe stále kousíček. Jako výhodu variabilních odpoledních skupinek vidím výběr činností a čas strávený s kamarádem.*
- Hanka: *skupiny byly stálé i variabilní. Dopolední a odpolední. Výhoda byla, že ač soutěžil někdo za nějaký tým, odpoledne se přesto sešli a vybrali si děti aktivitu společnou.*
- Pavel: *skupiny jsme sestavili tak, aby byli dopoledne aktivity v nich týmové, jako družstva a při odpoledni se změnili na nestálé. Bylo to super v tom, že se skupiny promísily a sešli se spolu ti, co spolu být chtěli původně i v družstvech.*
- Sára: *děti jsme se snažili spravedlivě promísit od každé věkové skupiny, aby někde nedošlo k přesile. Jaké výhodu tohoto výběru a stálých dopoledních týmů vidím to, že měli všichni podobnou šanci na výhru, museli se naučit spolupracovat i s tím, koho neznají, i s mladšími partáky. Jako nevýhodu vidím, že nejlepší kamarádi nemuseli být spolu. Jako další nevýhodu bych brala, když se náhodně sešli v týmu třeba tři výborní sportovci, nebo děti s velkým všeobecným přehledem. U odpoledních variabilních skupin vidím jako výhodu svobodnou volbu a rozhodnutí toho na co mají zrovna chuť. A jako nevýhodu vidím to, že někdy nemusely mít děti chuť dělat vůbec nic anebo ke konci týdne, už nevěděly, kam mají jít, protože už vyzkoušeli vše.*

Výstup č. 4:

- Na základě osvědčeného způsobu výběru vedoucího týmu z předešlých let tábora ponechám výběr vedoucích skupin z nejstarších dětí a poté rozdělím děti do skupin třídami i věkově odlišnými, aby bylo v každé skupině různorodé zastoupení-zastoupeno v činnosti tvoření týmů. Přesto, že odpolední volitelné činnosti vychovatelé chválí a spatřují v ní převážně výhody, přihlédnou v navrhování programu k odpovědi Sáry, že každodenní odpolední volitelné činnosti byli časté a nebylo by zapotřebí je takto volným výběrem trávit vždy. Proto některé odpoledne v týdnu zaplním aktivitami řízenými, popřípadě prodlouženými s dopoledním výletem.

5. Jaké činnosti jste zařadili na táboře ke vzdělávání dětí?

- Renata: *zařadili jsme například vyprávění a průřez do myslivosti, kde jeden z vychovatelů je myslivec a dětem mohl program zprostředkovat ale i vzdělání které se týká cyklistiky, jak si opravit kolo, první pomoc, dopravní značky. Napadá mě i finanční gramotnost při cyklo výletu, kde jsme řešily, co si děti mohou koupit. Dále vzdělávání ve výtvarné činnosti a v hudební činnosti, při tvoření rýmu a bojového zpěvu nebo pokřiku.*
- Hanka: *vzdělávacích aktivit si moc nevybavuji, spíše sportovní. Na co si vzpomínám, bylo luštění rébusů, hádanky, či pouhý rozvoj volných vlastností při cyklovýletu. Nebo pro holky praktické práce, jako je pletení copánků, malování na obličej. Osobně bych ubrala fyzické aktivity a přidala o přírodě, zvířatech, ale zábavnou formou.*
- Pavel: *znalosti z myslivosti a orientace v mapě, když se jede na výlet, kde se děti podílely na výběru trasy. Dále sportovní aktivity a jejich pravidla, některé děti určité sporty nikdy nehrály, ať už florbal, nebo minigolf. Tím myslím i návod například jak na to, aby správně skočili přes švihadlo nebo hodili medicinbalem.*
- Sára: *enviromentální znalosti a poznávání přírody, stromů a rostlin. Dále návštěva hradu a tím vzdělání z jeho historie.*

Výstup č. 5:

- Na základě těchto odpovědí zahrnu do současné struktury spíše sportovního tábora, více vzdělávacích aktivit ovšem ne vždy v podobě klasického řízeného učení. Inspiruji se citací ze str. 23, kde autoři Franc, Zouňková a Martin uvádí, že emoce, procesy a interakce vyvolané při hře přinášejí reálné a často trvalé účinky využitelné v reálném životě, které přinesou dětem nové zkušenosti a vědomosti. Pro tento rozvoj využiji do programu tyto činnosti: Colour máz, Foto hádanka, Vdechni věcem nový život, Čichové pexeso, Víš, jak pomoci? Poznáš značky? Cyklo výlet na Jakubskou věž, Cyklo výlet letiště. Drama dílna, Hra město, jméno. Zahrnu též vzdělávání z enviromentální vědomosti i ze sportovní a výtvarné oblasti. Osvojení nových znalostí, nebo oživení těch dosavadních v podobě rébusů nebo hádanek.

6. Jaké aktivity byste na základě předchozích zkušeností zařadili pokaždé a proč?

- Renata: *určité sportovní aktivity a cyklo výlet. Děti mají změnu vyjet někam na kole nejradiji.*
- Pavel: *vždy bych zařadil sportovní aktivity. Dobrá sportovní aktivita je ta, kdy děti sportují, aniž by měly ponětí, že vlastně sportují. Sport by pro ně měl být zábavou, relaxací, příležitostí k setkávání se s přáteli a odměna za prosezené hodiny ve školních lavicích. V posledních ročnících příměstského tábora se děti překvapivě rády zapojovaly do upraveného překážkového závodu Spartan Race a Branného dne.*
- Hanka: *táborák s přespáním dětí v tělocvičně školy.*
- Sára: *určité pohybové aktivity, a když jsme jeli na kola, Spartan Race, závody na čas.*

Výstup č. 6:

- Na základě tohoto výstupu bych do návrhu aktivit zapojila kombinaci Spartan Race a Branného dne propojené v jedné aktivitě. Děti budou závodit o nejlepší

čas za svůj tým s ostatními týmy. Poté jistě nevynechám oblíbené Cyklo výlety, které budou mít svůj cíl a propojím je s cestou za vědomostmi.

7. Které z činností byste naopak na příměstský tábor nikdy po předchozí zkušenosti nezařadili? Proč? A kterou byste přidali?

- Renata: *nezařadila bych nikdy na celé odpoledne dlouhé, řízené, organizované a povinné úkoly a soutěže celých týmů, jelikož už jsme to jeden rok zkoušeli a děti byly unavené a chtěly být se svým kamarádem.*
- Pavel: *nevím, asi žádnou, každý si našel své, ale vím, co bych přidal, přespání ve stanech po táboráku, místo v tělocvičně, děti by to určitě moc bavilo.*
- Hanka: *asi žádnou, ale neopakovala bych roky po sobě. Doplnila by ho v oblasti aktivity s vodou, balonky, vodní pistole.*
- Sára: *určitě bych nezařazovala aktivity, které byli v předchozích letech, to by pak děti přestalo bavit, vždy bych zařadila něco nového, aby byla obměna. A už bych nechtěla asi každý den volné činnosti, přišlo mi, že už se v posledních dnech týdne děti tak plácaly a nevěděly, co by. Myslím, že když by bylo alespoň nějaké odpoledne něco organizovaného, tak by si pak děti výběru volné činnosti více vážily. Kdyby to byly více vyvážené, volné aktivity s organizovanými. Třeba pondělí, středa a pátek volný výběr a úterý a čtvrtek by bylo určitě pro mě sympatičtější program pozměnit.*

Výstup č. 7:

Na základě rozhovorů vynechám z dosavadního programu každodenní volné odpolední činnosti. Budu se snažit nabídnout dětem pestré aktivity, kde si budou moci zvolit dle svého zálibení a koníčků. Dále ponechám táborák s přespáním dětí, tentokrát ovšem spojen se stanováním a tábornickými úkoly. Do programu, není naopak možné kdykoliv vložit vodní aktivity. V případě příznivého počasí využiji nápadu a návrhu využít vodní balonky a nafukovací bazén, který bude představovat moře v aktivitě tábornických úkolů.

8. Z jakého důvodu byste považovali za vhodné strukturovat činnosti do celotáborové hry? Proč?

- Renata: *celotáborovou hru, bych nechtěla zařazovat do našeho tábora, jelikož ze začátku pořádání táborů jsme etapovou hru zkoušeli, děti sbíraly klíče, poté za ně dostaly mapu a jeli jsme hledat poklad, nebylo to úplně špatné, ale měla jsem pocit, že děti chtěly odměnu hned, i když klíč byl také odměnou, ale osobně mi přijde lepší po jednotlivých aktivitách týmy odměnit a nečekat, jestli se dětem bude dařit a aby měli nervy, že nezískají na konci poklad, protože neudělaly něco, co měly. Vyhovovalo mi úspěch či neúspěch uzavřít ten den a další den začít s čistým štítem, kde na konci všichni splněním nějakého úkolu dostali mapu k pokladu. Nechtěla jsem, aby měl někdo, komu například něco nejde, měl pocit, že tým brzdí. Přišlo mi, že to bylo pro některé děti stresující, třeba byly více unavení, chtěli trochu zvolnit, ale měly pocit, že musí. Výběrem činností nevznikal na děti takový tlak.*
- Pavel: *u nás na táboře jsou děti rozdělené do týmů dle barvy, bez ohledu na pohlaví a věk. Týmy vystupují pod svou vlajkou se svým pokřikem a zúčastňují se dílčích soutěží. Již to lze považovat za celotáborovou hru. Celotáborová hra je výborným prostředkem, jak nenucenou formou děti udržet v pozornosti a motivovanosti od začátku tábora až do konce, což si myslím, že se daří i nám.*
- Hanka: *přijde mi, že k měnícímu se počtu dětí na táboře, kdy se některé z dětí neúčastnilo z jakéhokoli důvodu jednoho, nebo dvou dnů jsou výhodou aktivity, které nejsou provázané mezi sebou celotáborovou hrou, a i přes to to bylo super, takže bych je to tak krátkého tábora nestrukturovala do tohoto typu hry.*
- Sára: *pro mě je důležité, aby vše mělo nějaký spád, aby to někam směřovalo. Činnosti dobře strukturovat, ať už je to v celotáborové hře, nebo ne. Na tento kratší příměstský tábor se mi líbí spíš denní program, který každý den vyhodnotíme zvlášť, a dojde k uzavření, druhý den se děti těšily zase na něco jiného a nového.*

Výstup č. 8:

- podle odpovědí vychovatelů budu navrhovat táborové aktivity, které nejsou provázené celotáborovou hrou.

9. Jaké činnosti je dle vašeho názoru nejlepší zařadit do dopoledního programu, jaké do odpoledního? Proč?

- Renata: *dopolední – organizované činnosti pro všechny týmy a odpolední – volba aktivit podle zájmu.*
- Pavel: *dopolední jednoznačně fyzicky náročné, aby se děti unavily, takže sportovní a odpoledne odpočinkové, vzdělávací.*
- Hanka: *dopoledne co nejvíce fyzických aktivit, zničit děti, odpoledne klidové, aby si odpočinuli, záleží, jaké děti se sejdou a přihlédnout k věku dětí. Popřípadě před koncem zase aktivit přidat.*
- Sára: *do dopoledního bych dala pohybové hry na probuzení a celkově dát na dopoledne náročnější úkoly, protože mají po probuzení víc energie, jako třeba ten Spartan Race. Do odpoledního ne úplně sportovně náročný aktivity, aby mělo tělo po obědě větší klid na jeho zpracování.*

Výstup č. 9:

- Do dopoledních činností budu zařazovat aktivity organizované, na probuzení, fyzicky náročnější. Naopak jako odpoledních činností aktivity klidové, odpočinkové, vzdělávací, méně fyzicky náročné.

10. Jak pracujete s vyvážeností fyzických a psychických aktivit?

- Renata: *právě rozdělením dopoledních organizovaných a odpoledních volných aktivit, které si můžou děti zvolit, ať již psychickou, kde budou něco tvořit manuálně, hrát šachy nebo jiné logické hry nebo fyzickou, kde si mohly vybrat z nabízených sportů.*
- Pavel: *aktivity jsou v dostatečné míře zatěžující fyzickou i psychickou stránku dětí. Kdo má zájem o větší fyzickou aktivitu, má možnost mít jí prakticky celodenně, to jsou nadšení sportovci. Jinak každé dopoledne je fyzicky náročnější, zato odpoledne už je na dětech, jakou aktivitu si zvolí, je ale třeba aby si opravdu každý našel tu svojí a tím pádem mít program dostatečně pestrý.*

- *Hanka: tento tábor má převahu sportovních aktivit, někdo ale potřebuje více fyzické aktivity, jiní vyhledávají činnosti, při kterých zapojují hlavu. Záleží na osobnosti dítěte. Přidat něco na rozšíření vědomostí a zapojení psychické stránky by nebylo od věci.*
- *Sára: snažíme se vždy o to, aby to bylo vyvážené, možná máme i trochu víc aktivit na fyzickou zátěž, klidně bych i zařadila i víc něčeho na přemýšlení, nebo nějaké soutěže ne úplně náročný. Určitě je potřeba zátěž střídat, aby nebylo jeden den spoustu fyzický zátěže, je potřeba to v průběhu dne rozložit.*

Výstup č. 10:

- *Na základě rozhovoru zařadím více činností na přemýšlení, vzdělání nebo soutěže méně fyzicky náročné. Vychovatelé se shodují s Vágnerovou i Vetechou (teoretická část s. 36), že je zapotřebí činnosti střídat, jelikož dítě snadno podléhá únavě. Proto se této shody střídání činností budu držet i při navrhování programu.*

11. Jaký prostor v programu poskytujete pro odpočinek a volnou hru dětí?

- *Renata: odpočinek je mezi aktivitami, po obědě, v době svačín a jako odpočinek můžeme považovat u některých dětí i odpolední aktivity, pokud si zvolí třeba jen kreslení křídou, malování s kamarádem, u kterého si mohly povídat a někteří odpočívají právě i sportem. A jaký prostor? Třeba i 3 hodiny denně, podle povahy dítěte.*
- *Pavel: právě v odpoledních blocích mají děti možnost vybrat si jednu z nabízených aktivit. Mají tedy možnost volby a z mého pohledu je právě tento moment na tomto táboře výjimečný. Děti jsou na příměstském táboře, který by je měl bavit a pokud si ještě k tomu mají možnost vybrat, je velká šance, že se programově trefíme, jak se říká do gusta každému a tím se mu dostává i odpočinku.*
- *Hanka: prostoru na odpočinek měly děti podle mě spoustu, klidně bych i ubrala.*
- *Sára: poslední tábor to byl prostor prakticky celé odpoledne, v předešlých táborech toho prostoru bylo asi zase málo a děti byly unavené. Prostor je určitě*

potřeba poskytnout, nejet aktivitu za aktivitou, je důležitá alespoň hodinka nebo dvě denně.

Výstup č. 11:

- Pro dostatečný prostor odpočinku dětí a jejich volnou hru se budu při navrhování programu tábora inspirovat již osvědčenými odpoledními volitelnými činnostmi.

12. Které z činností bývají u dětí nevyhledávanější a proč?

- Renata: *záleží na věku a nastavení dítěte, jestli je sportovní nebo naopak tvořivé. Ze sportovních florbal, florbal, basketbal. Děti nesportovci vyhledávaly stolní fotbálek, malý kulečnick nebo tvoření, jako třeba minulý rok, kde vytvářely lapač snů, tančily.*
- Pavel: *z vlastní zkušenosti je to florbal.*
- Hanka: *nejvíce se dětem líbil branný den plný úkolů, florbal a vyrábění lapačů snů.*
- Sára: *u kluků fotbal, stolní fotbal a sportovní aktivity a u holčiček spíše tvoření, jako bylo vyrábění čelenek, lapačů, loutek a taneční chvilky. Samozřejmě, nemusí to být vždy dané pohlavím dítěte.*

Výstup č. 12:

- Nejvyhledávanějšími sportovními činnostmi je florbal, fotbal, basketbal. Proto tyto sporty budu do programu zapojovat. Z výtvarných činností je to vyrábění a tvoření. V tomto případě se budu snažit více než na výrobu konkrétního výrobku zaměřit na všestranný kreativní rozvoj dětí, včetně zapojení emocí. A to v aktivitách Colour máz, Vdechni věcem nový život, Postav věž a Land art.

13. Jaký program je na základě vašich zkušeností u dětí nejoblíbenější? Seřad'te podle oblíbenosti od A po E.

A. Soutěživé hry (bojovky, štafety, soutěže v dovednostech).

B. Kooperativní hry.

C. Umění – umělecký program-výtvarný – hudební – dramatické.

D. Sportovní aktivity (sporty s pravidly – fotbal, florbal, volejbal..).

E. Výlety (pěší turistika autobusem, zájezdy).

➤ Renta: *E, D, A, B, C*

➤ Pavel: *E, A, D, B, C*

➤ Hanka: *E, A, B, D, C*

➤ Sára: *E, A, B, a C/D bych dala na stejnou úroveň, to je individuální, podle pohlaví dítěte.*

Výstup č. 13:

➤ Do konceptu programu na základě odpovědí zahrnu výlety, soutěživé hry, kooperativní a sportovní aktivity. Neponechám stranou ani dramatické umění. Zapojím ho v aktivitách Drama dílna a Souboj básníků.

14. Jaké jsou podle Vás nejosvědčenější programové možnosti v případě nepříznivého počasí?

➤ Renata: *sportovní aktivity v tělocvičně školy, pro nesportovce výtvarná činnost, tanec, deskové hry a možnost soutěžení.*

➤ Pavel: *šipkovaná po budově školy s plněním úkolů ať matematických, z historie, filmů nebo pohádek, přírody, a řešením rébusů. Škola nám poskytuje dostatek prostoru.*

- Hanka: *jsou to různé skupinové hry v tělocvičně, turnaje, poznávací hry. Vždy je nutné se na tuto možnost dopředu dobře připravit a v případě nepřízně počasí prostě improvizovat.*
- Sára: *aktivity v budově a tělocvičně, jako byla třeba bojovka za pokladem. Spoustu nejen sportovních aktivit jde dělat i v prostorách školy. V případě, pokud by to nebyl zrovna poslední den, zkusit aktivity popřehazovat. Osobně bych se nebála i za malého deště vyrazit ven v pláštěnkách a plnit úkoly venku.*

Výstup č. 14:

- V případě nepříznivého počasí, a jako mokrou variantu tábora, budu navrhovat většinu činností i pro případný přesun a využití v budově a tělocvičně školy. V případě, že nebude počasí úplně děsivé, využijeme pláštěnek a možné aktivity v okolí školy budeme realizovat.

15. Jak pracujete s motivací dětí ke hře?

- Renata: *děti jsou motivované už jen kamarády z týmů, když je vidí, jak plní úkol oni. Určitě i pochvalou, psychickou podporou a žádný postih za neúspěch. Motivací byla i vnitřní touha zvítězit. Ale i odměnou v podobě hmotných reklamních předmětů od dárců, sladkostmi.*
- Pavel: *motivace je alfa a omega všech činností s dětmi. Pokud děti aktivita baví, je v podstatě již vyhráno a stačí pochválit, či povzbudit. V případě činnosti, která děti nezaujala, nepomůže ani pohádka nebo drobná odměna.*
- Hanka: *osobně se snažím zapojit do her. Tzv. „jít příkladem“. Snažím se děti upoutat ale samozřejmě, nic se nemá přehánět. Snažím se být pro ně vzorem ve smyslu dobrého člověka. Vedoucí má především úlohu dohledu, povzbuzovatele, ale není na škodu si s dětmi zahrát, i to je motivuje.*
- Sára: *motivujeme povzbuzováním a odměnou ale nejlepší motivace mi přijde příběhem, kde se chtějí děti dozvědět, jak to bude dál, to je hodně motivuje.*

Výstup č. 15:

- vychovatelé se v jejich odpovědích shodují s autorem Němcem (viz teoretická část, s. 31), který má totožný názor, že pokud vybídne vychovatel dítě ke hře správně zvolenou a lákavou motivací, vyhne se rozkazům a nařízením, dítě se zúčastní dobrovolně a svobodně. Motivace může být podána ve formě pohádek, legendy, příběhu z novin, nebo časopisů. Hanka se snaží jít dětem příkladem, a být dobrým člověkem, čímž se shoduje s Hanušem, který považuje osobnost pedagoga za klíčový prostředek pro zevní motivování dětí (viz teoretická část, s. 32). Další motivace u dětí byla vnitřní, vyhrát a být někomu prospěšný a užitečný. Vychovatelé používali i vnější motivaci, kterou byla odměna v podobě hmotných předmětů, účasti vychovatele, pochvala a povzbuzení. Proto se těmito motivacemi budu inspirovat.

16. Uvítali byste inovaci a návrh nového programu tábora?

- Renata: *jasně, inovace je bez legrace každý rok potřeba.*
- Pavel: *přikláním se k názoru, že je nutné, s ohledem na zákon živosti a novosti, každý rok aktivity obměňovat. Bud' zařazovat aktivity jiné, nebo stávající zdokonalovat, vylepšovat, či zařazovat v jiný čas.*
- Hanka: *určitě je zapotřebí obměňovat. Po osobní zkušenosti a rozhovoru s žáky, kde mi samy děti, které se účastnily tábora již nekolikátým rokem sdělily, že o nové aktivity stojí, že je některé aktivity už nebaví. Takže určitě, kdybych měla i já jako dítě každý rok na táboře to samé, asi by mě to nenadchlo.*
- Sára: *jak jsem již zmiňovala výše, ano aktivity jsou zapotřebí obměňovat, jinak by děti tábor nebavil a nudily by se. A jenom děti, ale i vychovatelé.*

Výstup č. 16:

- odpovědi vychovatelů se shodují – ano, inovaci a návrh aktivit by byl přínosný.

4.5 Shrnutí výstupů jako východiska pro návrh programu příměstského tábora

Z rozhovorů vyplynula východiska pro návrh příměstského tábora. Shrnu-li jednotlivé výstupy, dostávám se i k základním myšlenkám, které bych chtěla do tohoto návrhu zapojit. Program budu připravovat i s ohledem na své znalosti z oblastí kapitol teoretické části této práce. Osobně jsem se tábora také jedním rokem účastnila a získala tím zkušenosti, které považuji za výhodu pro představu o prostoru, zázemí a organizaci pro aktivity které navrhuji.

Jako první rozhodnutí bylo, nezařazovat do návrhu programu celotáborovou hru. Celotáborová hra má většinou motivační funkci a na základě výstupu č. 8 se zkušenosti vychovatelů s touto celotáborovou hrou neosvědčili (děti nemotivovala, lépe se osvědčil každodenní nově začínající program). V oblasti motivace dětí pro činnosti se vychovatelé shodli ve výstupu č. 15 s Němcem (atmosféra a přitažlivost situace, viz teoretická část, s. 31). Osobně souhlasím s Hanušem a Chytilovou (viz teoretická část, s. 31), že by motivace měla být nedílnou součástí navrhovaných činností. Pro děti jí může být, buď jen samotná jimi oblíbená činnost, zapojení osobnosti pedagoga, jejich touha vyhrát, být někomu prospěšný a užitečný, nebo zvolím motivaci pomocí pohádky, legendy, vymyšleného příběhu, výletu, oblíbené profese, hmotné odměny nebo povzbuzením.

V návrhu časového rozložení činností v programu, se myšlenkami vracím k táborům v minulých letech. Získávám tím větší představivost o možnosti jejich uspořádání. Využiji také poznatek od Hájka z teoretické části, že před výchovným působením je nezbytným předpokladem stanovení cíle, kterého chce vychovávající dosáhnout a správný výběr činnosti, metoda a strategie postupu vede z velké části k úspěšnosti práce (viz teoretická část s. 12). Při uspořádání činností do programu preferuji vyváženost činností a her z hlediska obsahu. Přesto, že z rozhovorů vyplynulo, že dosavadní tábor byl doposud zaměřen sportovním směrem, rozhodla jsem se pro všestranný rozvoj dětí. Zařadím činnosti, které rozvíjejí tvořivost, vzdělání a týmovost, s využitím přírodního prostředí.

Ve výstupu č. 10 se vychovatelé sice shodují s autory Vágnerovou a Vetechou (viz teoretická část, s. 36), kteří právě toto střídání a vyváženost považují za důležité, ale přesto se v minulých letech objevovalo v programu více fyzicky zaměřených aktivit. Domnívám se ale stejně jako Hanka a Sára (praktická část s. 50 a 55), že by bylo potřeba do pestrosti programu zahrnout i více činností zaměřených na psychickou stránku, vzdělání dětí, nebo soutěže méně fyzicky náročné.

S tím souvisí i vyvážení činností podle fyzické a psychické náročnosti v rozložení během dne i týdne. Dodržení vyváženosti a rovnováhy mezi činnostmi mi přijde na místě. V zážitkové pedagogice píše Franc, Zounková, Martin (s. 27, kapitola Funkce, charakteristika a herní metodiky) o vyváženosti zážitkových kurzů pomocí takzvané dramaturgické vlny. Tím docílíme rovnováhy v oblasti sociální, fyzické, kreativní i psychologické. V návrhu budu právě tuto vyváženost zvýrazňovat rozdělením činností do barev pro její lepší viditelnost a přehlednost (viz barevné označení s. 64 v tabulce programu tábora).

Ve výstupech rozhovorů se ukázalo významným tématem zařazení volné hry. Většina vychovatelů se shodla, že je jí dostatečné množství. Přesto jsem se rozhodla přihlédnout k názoru Sára (praktická část s. 52), která by volné hře neposkytovat tolik prostoru. V programu ponechávám prostor pro volnou hru jenom na některých místech.

V návrhu budu uplatňovat metodu animace (s. 28, kapitola Funkce, charakteristika a herní metodiky). Chtěla bych zanechat v dostatečné míře volný výběr věkově přiměřených pestrých činností založených na dobrovolné účasti dětí, podle jejich zájmu. Zvláště v odpoledních činnostech dávám prostor pro seberealizaci, kde děti mohou vyjádřit svůj názor, poznávat samy sebe, rozvíjet každý své individuální potřeby, vzdělávat se s pomocí zábavných úkolů, budovat vlastní hodnoty a postoje, předávat si navzájem mezi sebou podněty, nápady, schopnosti a tvůrčí myšlenky.

V rozšíření návrhu o vzdělávací činnosti dětí se inspiroji citací France, Zounkové a Martina (s. 23, kapitola Hra). Zdůrazňují, že emoce, procesy a interakce vyvolané při hře přinášejí reálné a často trvalé účinky využitelné v reálném životě, které přinesou dětem nové zkušenosti a vědomosti. Pro tento rozvoj mi přijdou vhodné zvolit činnosti, jako jsou, Colour máz, Foto hádanka, Vdechni věcem nový život, Čichové pexeso, Víš

jak pomoci?, Poznáš značky?, Cyklo výlet na Jakubskou věž, Cyklo výlet letiště, Drama dílna, Hra-město, jméno. Vedle vzdělávacích aktivit, zařazují do programu také tvořivé, výtvarné, hudební, environmentální a sportovní činnosti. Zapojujím také dramatické umění, a to v aktivitách Drama dílna a Souboj básníků.

V oblasti sociálního rozvoje mi půjde o uspořádání počátečních týmů dětí. V těch budou po celou dobu tábora vykonávat řízené činnosti. Zvolím takový způsob, ve kterém rozdělím děti do skupin třídami i věkově odlišnými. Tím vznikne v každé skupině spravedlivé vyvážené věkové zastoupení, děti se mají možnost poznat s novými kamarády z jiného ročníku a vzájemně se od sebe učí (tento postup podporují výstupy v praktické části, č. 2, 3 a 4, s. 47, 48, 50). Vychovatelé se shodují na tom, že se jim tento způsob osvědčil. Děti v týmu se navzájem podporovaly, pomáhaly a byly si oporou. Tento výstup zrealizují v utváření návrhu všemi hrami rozdělenými na menší skupiny nebo týmy dětí jako jsou, týmové aktivity – vlajka, pokřik, Colour máz, Deskové hry, Stolní fotbal, Florbal, Branný závod, Foto hádanka, Vdechni věcem nový život, Čichové pexeso, Postav věž, Drama dílna, Tábornické výzvy, Souboj básníků, Noční hra, Šipkovaná k lesu s úkoly a stanovišti, Land art, Klubíčko, Turnaj basketbal. Na základě výstupu č. 6 zapojujím do návrhu kombinaci Spartan Race a branného dne, jelikož byli nejvíce oblíbené a vychovatelé by je vždy zařadili do programu.

Na výstupech nezávisle považuji za velice důležitou součást činností reflexi. Ve svém návrhu doporučuji zakončit některé činnosti otázkami reflexe k prožitku z aktivity. O tom se vychovatelé v rozhovoru vůbec nezmiňovali. Zážitková pedagogika považuje reflexi za důležitý krok ke vzdělávání aktivitami. Neuman (2009, s. 39) popisuje reflexi jako *proces hodnocení aktivity nebo hry, který využívá zpětnovazebních informací k hledání širších souvislostí a významů. Učí nás totiž vidět naše jednání a působení prostřednictvím jednotlivých prožitků a zkušeností a vede nás, abychom se z nich naučili co nejvíce. Je právě i příležitostí, jak si v uvolněné herní atmosféře vyměnili názory s lidmi, které mají stejné zkušenosti a prožitky jako my*. Reflexe tedy podporuje učení a probereme tím s dětmi zkušenosti, které v rámci programu získaly a došly k jejich uvědomění, a proto bude právě součástí mého návrhu. Do programu budu totiž zařazovat více přemýšlivých a vzdělávacích her, které reflexi vyžadují. U her, které mají spíše sportovní nebo rekreační charakter reflexi nepřidávám.

V následujících kapitolách je návrh rozdělen do dvou částí:






- Příměstský tábor: režim dnů a program
- Program příměstského tábora v rozložení jednotlivých dnů a činností

Tyto kapitoly jsem rozložila jako manuál, které využijeme v nejbližším očekávaném termínu realizace příměstského tábora, který by měl proběhnout v období 12. - 16. 7. 2021. Manuál barevně vyznačuje zaměření činností, především pro rychlou orientaci a srozumitelnost.

4.6 Příměstský tábor: režim dnů a program

Program příměstského tábora - Polybem za poznáním

	8.00 - 8.30	Dopolední program I. 8.30 - 9.30	Svačina 9.30 - 10.00	Dopolední program II. 10.00 - 12.30	Oběd 12.30 - 13.15	Odpolední program 13.15 - 15.15	Svačina 15.15 - 15.30	15.30 - 16.00	16.00 - 19.00	19.00-21.00	21.00-22.00
Pondělí	Příchod dětí Přivítání dětí Spontánní hry	Seznamovací hry Představování Evoluce, Banžky		Tvoření týmů: týmové aktivity název, vlajka, pokřik		Stanoviště: Colour máz Deskové hry Stolní fotbal, Florbal utkání		Odchod domů	Na úterý donést oblečení v barvě týmu		
Úterý	Příchod dětí Spontánní hry	Branný závod: seznámení s pravidly trati a bezpečností		Branný závod soutěž týmů Vyhášení výsledků		Hry formou stanovišť: Foto hádanka Vdechni věcem nový život Čichové pesko		Odchod domů			
Středa	Příchod dětí Spontánní hry	Dovednostní soutěže Slalom na kole Víš, jak pomoci? Poznáš značky?		Cyklovýlet na vyhládkovou Jakobskou věž (mákdší děti bus) do Jihlavy + vzdělávací úkoly zaměřené na krajské město (oběd připraví paní kuchařky s sebou)				Odchod domů			
Čtvrtek	Příchod dětí Spontánní hry	Postav věž soutěž týmů		Cyklovýlet - Letiště nad Jihlavou Prohlídka hangárů a letadla, rozhovor s parazitistou a pilotem letadla (oběd připraví paní kuchařky s sebou)		Stanoviště: Drama dílna Hra město - jméno Florbal utkání		Stanoviště: Drama dílna Hra město - jméno Florbal utkání	Táborák Tábornícké výzvy Soutěž básníků Opékání burů	Noční hra Hejkalové a strážidla	
Pátek	Snídaně Příchod dětí Spontánní hry	Hledání ztraceného pokladu v pohádkovém lese Stanoviště v lese s úkoly (svačinu do lesa připraví paní kuchařky s sebou)	Svídkovaná k lesu s úkoly:	Hra klubíčko Závěrečné zhodnocení tábora Saloný krajsy Turnaj ve fotbale a basketbalu				Odchod domů loučení s dětmi			

 Svačina, oběd, odpočinek
 Volné hry, shnutí dne, příchod a odchod dětí
 Fyzicky náročnější aktivity
 Kreativní, sociální a psychicky náročnější aktivity
 Vzdělávací aktivity

4.7 Program příměstského tábora v rozložení jednotlivých dnů a činností

4.7.1 Pondělí – den první

První den a dopoledne tábora bude zaměřen na seznamovací hry dětí a vychovatelů po kterých následuje rozdělování dětí do týmů. V jednom týmu je obsazenost deseti dětí. Při počtu 60 dětí na táboře nám vznikne šest týmů. Tyto rozdělené týmy poté budou plnit ve skupince dané úkoly a následně je vzájemně prezentovat před ostatními kamarády. Odpolední činnosti budou formou stanovišť, dle volného výběru dětí podle nabídky v programu níže, aby první den měly děti možnost trávit čas se svým kamarádem, se kterým se na tábor přihlásily. Na druhý den mají děti za úkol si z domů přinést trička v barvě jejich týmu.

Dopolední aktivity – hry na seznámení.

➤ Název Hry – Představování

Cíl	Seznámení se jmény, rozvíjení paměti, naslouchání a pozornosti.			Místo hry	před budovou školy
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	5 min.	Čas hry	dle pozornosti dětí, 15-30 min.
Psychická zátěž	2	Počet hráčů	60, celek	Pomůcky	rádio
Motivace	Dětem řekneme, že by bylo divné, kdybychom na sebe celý tábor pokřikovali, hej ty, a že by bylo super poznat navzájem svá jména, i když někdo už je možná zná.				
Popis	Děti se pohybují v předem vymezeném prostoru v rytmu hudby linoucí se z rádia. V okamžiku, kdy se hudba zastaví, si děti nejbližší k sobě podají ruku a představí se, ahoj já jsem např. Honza. Hru několikrát opakujeme, aby se pozdravilo co nejvíce dětí.				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž)

➤ **Název hry – Evoluce (hra.cz)**

Cíl	Podpora pozitivních vztahů, uvolnění atmosféry, rozvíjet pozornost a paměť.			Místo hry	hřiště, tělocvična
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	bez přípravy	Čas hry	15–30 min.
Psychická zátěž	3	Počet hráčů	60	Pomůcky	žádné
Motivace	Dětem povíme legrační smyšlený pohádkový příběh vývoje člověka. <i>Na úplném počátku vývoje bylo kuře. Z kuřete se vyvinul pes, následně osel, kůň, opice a úplně nakonec člověk.</i> Několikrát tento vývoj dětem zopakujeme, poté se zeptáme, jestli si všichni vývoj pamatují.				
Popis	Na začátku hry jsou všechny děti na nejnižším vývojovém stupni a za úkol je dostat se na stupeň nejvyšší. Hráči se rozejdou po vymezeném herním prostoru a vydávají charakteristický zvuk pro zvíře v jehož fázi se zrovna nacházejí (kuřata pípají, psi štěkají, oslové hýkají, koně řehťají atd.). Když se potkají dva hráči na stejné vývojové úrovni, dají si kámen – nužky – papír. Kdo ve střihnutí vyhraje posune o úroveň výš, ten, kdo prohraje klesne až na nejnižší úroveň. Z koho se stane člověk, vyhrál, a odchází na stranu sledovat vývoj ostatních hráčů. Hra skončí, když se stanou alespoň z jedné třetiny lidé.				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ **Název hry – Batůžky (Vecheta, 2009, s. 40).**

Cíl	Získat informace o kamarádech. Podpora pozitivních vztahů ve skupině.			Místo hry	dle počasí
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	5 min.	Čas hry	15-30 min.
Psychická zátěž	3	Počet hráčů	60		
Pomůcky	Papír s obrázkem batůžku pro každé dítě, tužka, izolepa.				
Motivace	Co by to bylo za tábor bez batohu? Nyní vám rozdám sice nakreslené batohy, ve kterých nenajdete ani řízek ani tatranku ale najdeme tak kousek každého z vás. Jak? No přece takto. Poté seznámíme děti s pravidly.				
Popis	Každé dítě, včetně vychovatele dostane do rukou obrázek s batůžkem a tužku. Do tohoto obrázku má za úkol o sobě čitelně vepsat tiskacím písmem tři věty. Z toho si ale jednu větu vymyslet, tak aby nebyla pravdivá. Kdo má napsáno, přihlásí se a vychovatel mu přilepí tento batůžek na záda izolepou. Poté, co mají napsané věty				

	všichni, vydají se na cestu v předem vymezeném prostoru a čtou si informace, které o sobě napsali ostatní. Každý má za úkol udělat čárku k té větě, o které si myslí, že není pravdivá ale vymyšlená. Takto označené by měly být na závěr všechny batůžky a tím každé z dětí zjistí, zda se ostatním podařilo najít jeho výmysl. Poté si každý řekne, zda je to správně nebo ne.
Reflexe	<i>Dařilo se vám poznat nepravdivé informace? Podle čeho, jste poznávali nepravdivé informace? Bylo těžké od sebe rozeznat pravdivé a nepravdivé informace? Měly bychom věřit všemu, co je kde napsáno? Dozvěděli jste se něco nového o kamarádech?</i>

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ Název aktivity – Rozdělení dětí do týmů

Cíl	Sestavení šesti táborových týmů, ve kterých budou děti po celý tábor soutěžit proti ostatním týmům.			Místo hry	dle počasí
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	15 min., pomůcky	Čas hry	15-30 min.
Psychická zátěž	2	Počet hráčů	60		
Pomůcky	6 barev víček z PET lahví, neprůhledný sáček. 6 barevných praporeků ve shodné barvě s víčky				
Motivace	<i>Abychom si mohli tábor pořádně užít a pořádat různé soutěže, závody a bojovky, sestavíme teď týmy, za které budete potom bojovat. Ale nebojte, pokud nebudete s kamarádem, vůbec to nevadí, protože i tak budete mít dostatek času se tento týden užít.</i>				
Popis	Děti si rozdělíme nejprve do skupin podle třídy, kterou navštěvovaly před letními prázdninami. Poté si k sobě vychovatelé postupně volají děti podle jména a každý si vylosuje jednu ze šesti barev víčka. Začínáme nejstaršími dětmi, kteří se stávají kapitány týmů. Po vytáhnutí jedné z barev PET víčka dostávají praporek ve shodné barvě a odcházejí vyhlížet svůj tým. Víčko vrátíme nazpět a přicházejí děti z další mladší třídy. Tyto děti se řadí vždy k praporku své vylosované barvy. Takto pokračujeme, než se dostaneme k nejmladším z dětí. Týmy se snažíme volit věkově vyváženě.				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ **Název aktivity – Naše jméno, vlajka a pokřik**

Cíl	Sprátelit tým danou aktivitou, spolupráce, naslouchání, podpora tvořivosti, podpora seberealizace.			Místo hry	okolí školy, budova školy – dle počasí
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	pomůcky	Čas hry	1,5-2 hod.
Psychická zátěž	1	Počet hráčů	10 v týmů = 6 týmů		
Pomůcky	Archy papíru, pastelky, voskovky, fixy, nůžky, razítka pro 6 týmů.				
Motivace	Motivací bude pro děti už jen vymyslet název pro tým za který budou bojovat celý týden, a volnost v navrhování vlajky, jména týmu i pokřiku.				
Popis	<ul style="list-style-type: none">➤ každá skupina dostane jeden velký arch papíru a výtvarné potřeby uvedené v pomůckách. Jejich úkol je zhostit se toho, jak bude vypadat jejich vlajka se kterou budou reprezentovat svůj tým po celý týden. Podmínkou je, aby bylo na vlajce vidět, jak se jmenuje jejich tým. Zda název vyjádří nápisem nebo obrázkem je na jejich fantazii. Dále už jen na nich, jak se mezi sebou domluví na postupu práce. K dispozici jsou stále vychovatelé.➤ Po ukončení činnosti vlajka týmu si děti, včetně vychovatelů vymyslí svůj pokřik, kterým se budou povzbuzovat vždy na počátku nějaké soutěže, nebo bojovky. V zadání zazní, že tento pokřik má obsahovat název jejich týmu.➤ Na závěr se všechny týmy navzájem představí. Řeknou, jak se jmenují, představí svoji vlajku a předvedou pokřik. Poté svůj pokřik předvedou i vychovatelé.				
Reflexe	Jak se vám při plnění úkolů společně pracovalo? Bylo těžké se shodnout a spolupracovat? Dařilo se vám, naslouchat názor druhého kamaráda? Co jste se dozvěděli nového o kamarádech? Překvapili vás něčím, co umí?				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

Odpolední aktivity – hry formou stanovišť dle volného výběru dětí z nabízených možností.

Stanoviště č. 1

➤ Název hry – Florbal

Cíl	Rozvoj fyzické kondice, učit se ohleduplnosti, navázat nové vztahy.			Místo hry	tělocvična
Fyzická zátěž	4	Příprava (čas)	15 min, pomůcky	Čas hry	1 – 1,5 hod.
Psychická zátěž	2	Počet hráčů	14	Pomůcky	mantinely, dutý plastový míček, florbal. hole
Motivace	Motivací je samotná hra florbalu, která je dle vychovatelů velice oblíbená.				
Popis	<p>Florbal se hraje v tělocvičně ohraničené mantinely. Děti při hře využívají speciální florbalové hole. Brankáři chytají góly pouze svým tělem, rukama a nohama. Je tedy zapotřebí dětem před zahájením hry říct, aby byly ohleduplní ke spoluhráčům. V herním poli je z každého týmu v jeden moment pět hráčů a jeden brankář. Cílem každého týmu je dosáhnout více gólů než soupeř. Zápas se hraje na tři dvacetiminutové třetiny.</p> <p>Základní pravidla (web, florbalcup.cz, 13. 2. 2021):</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ <i>HRA RUKOU: není povolena, následuje volný úder, za úmyslnou hru rukou může nastat i vyloučení.</i> ➤ <i>HRA HLAVOU: není povolena, následuje volný úder, za úmyslnou hru hlavou může nastat i vyloučení.</i> ➤ <i>HRA NOHOU: je dovoleno si míček nohou zpracovat i přihrát (maximálně dva doteky nohou po sobě).</i> ➤ <i>HRA VE VÝSKOKU: není povolena – za výskok se považuje situace, kdy hráč opustí povrch hrací plochy oběma chodidly, zpracování míčku v běhu není považováno za výskok, následuje volný úder.</i> ➤ <i>VYSOKÁ HŮL: je povoleno hrát pouze do výšky svých kolen, následuje volný úder, v případě nebezpečné hry i vyloučení.</i> ➤ <i>NADZVEDÁVÁNÍ ČI SKLEPÁVÁNÍ HOKEJKY: není dovoleno, následuje volný úder, eventuálně i vyloučení.</i> 				

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ <i>HRA MEZI NOHAMA: hráč nesmí vložit hokejku, chodidlo či nohu mezi soupeřovy nohy či chodidla, následuje volný úder.</i> ➤ <i>BLOKOVÁNÍ BRANKÁŘE PŘI VÝHOZU: je zakázáno, následuje volný úder.</i> ➤ <i>ÚMYSLNÉ ZDRŽOVÁNÍ HRY: je zakázáno – nastává i v situaci, kdy se hráč postaví proti mantinelu nebo bráně tak, že soupeř není schopen získat míč dovořeným způsobem, následuje volný úder, eventuálně i vyloučení.</i> ➤ <i>ÚMYSLNÉ ZDRŽOVÁNÍ HRY BRANKÁŘEM: výhoz (rozehrávka) brankáře by neměl trvat déle než 3 vteřiny.</i> ➤ <i>BRANKÁŘ: nesmí přijmout malou domů od spoluhráče, míček může chytit pouze, dotýká-li se jakoukoliv částí těla brankoviště, v případě opuštění brankoviště je považován za hráče v poli.</i>
--	--

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

Stanoviště č.2

➤ Název hry – Deskové hry

Cíl	Rozvoj logického uvažování, získávání nových vědomostí, umět prohrávat.			Místo hry	třída
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	10 min, hry	Čas hry	2 hod.
Psychická zátěž	3	Počet hráčů	max. 15		
Pomůcky	Různé stolní společenské hry (Osadníci z Katanu, šachy, dáma, pexeso, Halali)				
Motivace	Motivací je pro děti zábavné odpoledne strávené s kamarádem, se kterým si zahrají hru, která je baví.				
Popis	Děti na počátku seznámíme s pravidly různých her, které jsou k dispozici. Poté si vybírají hru, která je baví, nebo kterou si chtějí vyzkoušet. Některé hry jsou pouze pro dva a mají rychlejší průběh, některé jsou časově náročnější, proto je zapotřebí mít dostatečný výběr lákavých her, aby se děti mohly vystřídat.				
Reflexe	Jaká hra se vám nejvíce líbila? Dozvěděli jste se něco nového? Jaký je to pocit, když se nám nepodaří vždy vyhrát? A myslíte, že je důležité vždy vyhrávat? Můžeme si hru užít, i když třeba nevyhrajeme?				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

Stanoviště č.3

➤ Název hry – Turnaj ve stolním fotbálku

Cíl	Rozvoj pohybové koordinace, spolupráce spoluhráčů, utváření nových vztahů díky hře.			Místo hry	vestibul školy
Fyzická zátěž	2	Příprava (čas)	bez přípravy	Čas hry	podle trvání zájmů dětí
Psychická zátěž	2	Počet hráčů	8 (2 týmy po 4 hráčích)	Pomůcky	stolní fotbálek
Motivace	Motivační je samotná lákavá hra.				
Popis	Tato hra se hraje zleva doprava. Jedna hra je limitována deseti míčky nebo se také hraje na deset vítězných gólů, kde by měl být dvougólový rozdíl. Pokud skončí hra nerozhodně, pak jde o tzv. „plichtu“. Jestliže hráči prohrají se skóre 10:0, pak jdou „pod stůl“. To znamená, že oba hráči, kteří prohráli, musí podlézt fotbalový stůl. V této hře je zakázáno protáčení tyčí o více než 360°. Oba týmy se mohou po ukončení hry proměnit.				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

Stanoviště č.4

➤ Název hry – Colour máz (Franc, Zounková, Martin, 2007, s. 152)

Cíl	Rozvoj kreativity, fantazie, představivosti a spolupráce, podpora seberealizace, osvojení si nových dovedností.			Místo hry	okolí školy i v interiéru – dle počasí
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	30 min., pomůcky	Čas hry	1, 5 hod.
Psychická zátěž	3	Počet hráčů	max. 30.	Pomůcky	snežnam k vidění na konci postupu
Motivace	Děti mají možnost stát se opravdovým umělcem a mít vlastní výstavu obrazů, práce s barvami, možnost kreslit i rukami, bez štětce.				

Popis	<p>nejprve děti nanášejí barvy na papír všemi možnými předměty, které jsou k dispozici. Z počátku barvíme plochu archu bez jakýchkoliv výtvarných úmyslů, jen aby si děti tvoření a patlání v barvách užívaly. Takto pokračují, než zabarví úplně celý arch. Poté chvilku vyčkáme, než barvy zaschnou a mezi tím si povídáme, jak se jim barvení líbilo a jakým způsobem je to nejvíce bavilo.</p> <p>Dále si vystříhneme z velké čtvrtky její dva okraje, aby nám vznikly z jedné čtvrtky dvě písmenka L. Okraje by měli být široké asi 3 cm. Když tyto L k sobě otočíme, vznikne nám rámeček, který lze dávat různě daleko od sebe a uvnitř nám vznikne prázdné okénko, jako na fotografii v rámečku. Tento rámeček poté děti přikládají na vymalovaný arch a hledají různé obrázky, které se jim líbí, mohl by něco vyjadřovat nebo být něčemu podobný. Ve chvíli, kdy takový obrázek najdou, ho vystříhnou a nalepí na bílé čtvrtky, které tímto rámečkem překryjí, a vznikne zarámovaný obraz. Obrazy si mohou děti také pojmenovat. Nakonec jsou obrazy vystaveny jako na vernisáži a všichni účastníci tábora jsou pozváni.</p> <p>Pomůcky: velké archy balícího papíru, akrylové barvy, tempery, štětce, přírodniny (větvičky, kamínky, šišky) a jiné předměty, kterými je možné roztírat barvu (zubní kartáček, starou kartu, hřeben), lepidlo, nůžky, pravítko, pastelky, tužky, rádio, čtvrtky A4.</p>
Reflexe	<p><i>Chtěli jste se stát někdy umělcem? Může se umění stát i odpočinkem a relaxací? Dají se pomocí barev a umění vyjádřit i city? Můžeme uměním dělat i radost někomu jinému?</i></p>

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

4.7.2 Úterý – den druhý

Druhý den bude probíhat v rušnější, fyzicky i psychicky více náročném duchu. Při přihlédnutí výpovědí vychovatelů jsem do dopolední více fyzicky náročnější činnosti zařadila aktivitu branný den, která se v předešlých letech setkala s úspěchem. Činnosti zařazené do branného dne jsem vybírala, aby byli právě více zaměřené na pohyb a spolupráci dětí, na pomoc starších dětí těm mladším a z části na rozvoj vědomostí, kde jsou otázky, zaměřené na naši obec. Do odpolední části dne jsou zařazeny činnosti, které si děti mohou vybrat podle jejich hodnot a postojů zaměřených na rozvoj spolupráce v týmu, fantazie, tvořivosti, představivosti, pozornosti a rozvoj čichového smyslu. Odpolední činnosti vyhlásí vychovatelé do skončení obědové přestávky. Ke každé

z činností je podán krátký komentář a lákavá nabídka, proč se činnosti zúčastnit. Následně si na papír zapisují účastníky skupin, aby se nestalo, že bude v nějaké skupině přes určený limit dětí.

Dopolední aktivity – řízená činnost

➤ Název aktivity – Branný závod týmů

Cíl	Posílení fyzické zdatnosti, podpora sounáležitosti a pomoci druhým, rozvoj praktických dovedností, rozvoj vědomostí.			Místo hry	okolí školy
Fyzická zátěž	4	Příprava (čas)	1 hodina (stanoviště)	Čas hry	3 hod.
Psychická zátěž	3	Počet hráčů	60		
Pomůcky	Švédské bedny různých velikostí 3x, lavičky 2x, tělocvičná švihadla 10x, špalky 10x, pneumatiky 8x, luk a terč, lano, otázky zaměřené na vesnici, dřevo a hřebíky, stopky, papíry a tužky, odměny koza, podložky pod náčiní 3x, běžecké překážky.				
Motivace	Děti pojďme si konečně zasoutěžit a prověřit své síly, zdatnost a vědomosti. Už jste se někdy účastnili branného dne? Dnes máte možnost si to vyzkoušet a projít osmi stanovišti, na kterých na vás čekají úkoly jako je překážková dráha, skok přes švihadlo, chůze po špalcích, přeskakování pneumatik, střelba z luku, ručkování po laně, znalosti o naší vesnici, zatloukání hřebíků! Tak pojďme na to!				
Popis	<p>Na začátku projdeme s každým týmem zvlášť všechna stanoviště a seznámíme je s úkoly a bezpečností, která je zapotřebí dodržovat. S každým týmem běží závod i jeden z vychovatelů a dohlíží na dodržování pravidel a bezpečnost dětí. Následně začínají týmy startovat. Kapitán týmu dostane tužku a papír a každý start je zahájen povzbuzovacím pokřikem, který si děti vymyslely předešlý den. Poté si vychovatel, který startuje zapisuje startovní čas všech týmů a děti vyběhají plnit první úkol:</p> <p>➤ překážková dráha – skládá se z lavičky 2x, švédské bedny různých velikostí 3x, tělocvičná koza, podložky pod náčiní 3x, běžecké překážky. Toto náradí je rozestavěno po hřišti. Nejprve postupně děti pomocí přitahem rukou přeplazí lavičky, vylezou na první švédskou bednu, kde starší musí pomoci mladším, poté přeskakují na další dvě bedny od sebe mírně rozestoupeny, přeskochí kozu a běžecké překážky;</p>				

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ skok přes švihadlo – na stanovišti je připraveno 10 x švihadlo, kde musí každý 20 x přeskočit libovolným stylem přes švihadlo; ➤ chůze po špalcích – zde je stylem cik cak naskládáno s mírným rozestupem deset špalků, které děti musejí přeskákat, aniž by se jeden účastník týmu dotknul země, pokud se země dotkne, opakuje překážku znovu a nemohou pokračovat dále. ➤ přeskakování pneumatik – zde jsou pneumatiky položeny vždy dvě vedle sebe na zemi a děti mají za úkol nohama na střídačku pneumatiky proskákat. ➤ střelba z luku – každé dítě z týmu má 3 pokusy střelby z luku na terč, pokusy celé skupiny se zapisují na papír a poté je tato činnost zvlášť vyhodnocena a odměněna. ➤ ručkování po laně – lano je uvázané ve výšce cca od 160–180 cm, pod lanem je umístěná žíněnka. Děti mají za úkol postupně tuto překážku zdolat, aniž by se dotkly země. V případě, že se země dotknou musejí opakovat. ➤ znalosti o naší vesnici – na tomto stanovišti najdou děti otázky. Kolik obyvatel má naše obec? Kolik popisných čísel, tedy domů se nachází v naší obci? Jak se jmenuje starosta obce? Kolik rybníků je v naší obci? Kolik dětí chodí do ZŠ? Jak vzdálená je naše obec od Jihlavy, uveďte v km? Odpovědi na otázky si děti poznamenají na papír a odevzdají v cíli. Body za odpovědi jsou poté odměněné zvlášť. ➤ zatloukání hřebíků – v posledním úkolu každé dítě zatluče jeden hřebík do dřevěného rámu. Tedy musí mít jeden tým deset zatlučených hřebíků. Zde platí, že starší může pomoci mladším. <p>Po doběhnutí do cíle jsou stopky vypnuty a zapisuje se výsledný čas každého z týmů. Po konečném vyhodnocení rychlosti, střelby z luku a znalostí jsou děti odměněni podle vítězných míst.</p>
Reflexe	<p><i>Jak se vám soutěžilo ve vašem týmu? Podporovali jste se vzájemně? Jakou jste volili strategii? Všimli jste si něčeho na kamarádech? Co jim jde? V čem vynikají? Co se vám zdálo těžké? Co byste udělali jinak, kdybyste se zúčastnili znovu?</i></p>

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

Odpolední aktivity – hry formou řízené činnosti

➤ Název hry – Foto hádanka

Cíl	Podpora a rozvoj tvořivosti, fantazie a pozornosti, vzájemná dohoda, zodpovědnost a tolerance za společný výsledek komunikace s okolím.			Místo hry	budova a okolí školy
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	15 min, pomůcky	Čas hry	1, 5 hodiny
Psychická zátěž	3	Počet hráčů	skupiny		
Pomůcky	fotoaparát, mobilní telefon, tiskárna				
Motivace	Ukážeme dětem obrázek s vyfoceným kouskem nějakého předmětu nebo děje, kolem kterého chodí každý den, například kousek dřevěné kliky u dveří školy, nebo stín lavičky na které sedáváme před školou. Předmět na fotografii však nesmí být celý, ale pouze obsahovat část z něj, nebo jeho stín. Poté dětem fotografie ukážeme a položíme otázku. <i>Možná okolo toho chodíte každý den, používáte to, vidíte to, saháte na to, co to je?</i> Děti poté hádají, co by to asi tak mohlo být, až to uhodnou, zeptáme se jich, zda by i ony chtěly dát hádanku ostatním týmům a vyzkoušet si roli fotografa v utajení. <i>Dávejte však pozor, musíte fotit nenápadně, aby vás ostatní týmy při focení neviděli, to by mohlo být vše prozrazeno.</i>				
Popis	Každý tým dostane jeden fotoaparát, nebo zapůjčený mobilní telefon. Děti poté fotí z co nejzajímavějšího úhlu předměty ať už v přírodě nebo v budově školy, nemusí jít však o předměty ale i o jejich stín, při svitu slunce. Vychovatel poté následuje každý tým a zapojuje se do hry, spíše dohlíží, aby bylo z fotografií čitelné, o co by tak mohlo jít a hra byla pro všechny spravedlivá. Každý nafotí alespoň 5 objektů, které následně vytiskneme. Poté každý tým své hádanky vystavuje a ostatní hádají, co by to asi mohlo být? Vyhrává ten tým, který má nejvíce záluďných foto hádanek.				
Reflexe	<i>Bylo těžké vymyslet a najít předmět, který budete fotit jako hádanku? Dívali jste se všichni ve skupině stejně na obtížnost poznání focené věci, nebo to přišlo někomu hrozně jednoduchá a snadné k poznání? Díváme se i v životě všichni stejně na situace, které nás potkávají? Dohodli jste se jednoduše, nebo bylo zapotřebí i tolerance a dohody? Je i v životě zapotřebí tolerance a ohleduplnosti k ostatním lidem?</i>				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ **Název hry: Vdechni věcem nový život – neopouštěj staré věci pro nové.**

Cíl	Rozvíjet kreativitu, fantazii, spolupráci, představivost a umět se dohodnout v týmu na společném cíli, osvojení nových dovedností a návyků.			Místo hry	interiér i exteriér školy – dle počasí
Fyzická zátěž	2	Příprava (čas)	30 min., materiál a pomůcky	Čas hry	2 - 2,5 hod.
Psychická zátěž	3	Počet hráčů	skupiny		
Pomůcky	Staré květináče, stoličky, židle, stolečky, rychleschnoucí barvy odolné vodě, lihové fixy, štětce, lepidlo, provázky, lepicí pásky, nůžky, plastelína, odřezky dřeva, víčka z lahví, měkký drátek. Toto má k dispozici každá skupina. Staré ubrusy nebo noviny. Jediné, co může být ve vybavení skupin odlišné je předmět na inovaci.				
Motivace	Nedávno jsem našla na půdě spoustu starých věcí, tak jsem přemýšlela, co s nimi? Bylo mi je líto vyhodit, zdá se mi totiž, že bych nepřispěla k tomu, abychom se tady na tom světě měli dobře. Myslíte si, že je dobře tyto věci vyhazovat? Napadnul by vás jiný způsob, jak je využít? Víte, co znamená pojem inovace? Vyzkoušíme věcem vdechnout nový život, abychom je ještě mohli využít a dělali nám radost?				
Popis	Každá skupina si vylosuje z pytlíku název předmětu, který budou inovovat. Poté se mezi sebou domlouvají na postupu práce a způsobu inovace. Činnosti přihlíží vychovatel a dohlíží na bezpečnost při práci a při použití materiálů. Poté, co jsou inovované věci hotové je můžeme používat v družině nebo na zahradě školy (inspirace, Aleš Pokorný, Gymnasion 5, s. 64).				
Reflexe	Podařilo se vám splnit úkol? Jaké schopnosti a dovednosti jste potřebovali ke splnění úkolu? Mají všichni lidi stejné schopnosti nebo stejné dovednosti? Umíme všichni to samé? Myslíte, že je správné, když každý umí něco jiného? Líbilo se vám takovéto recyklování? Vyzkoušíte si něco vyrobit i doma, ze starých věcí, které budete chtít vyhodit?				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ **Název hry: Čichové pexeso**

Cíl	Rozvoj spolupráce v týmu, získávání nových vědomostí, rozvoj čichového smyslu, utváření příjemných vztahů a komunikace s okolím.			Čas hry	2,5 hod.
Fyzická zátěž	2	Příprava (čas)	1 hod.	Místo hry	

Psychická zátěž	3	Počet hráčů	skupina 20 děti – 2 týmy po 10 dětech		interiér nebo exteriér – dle počasí
Pomůcky	40 neprůhledných očíslovaných skleniček na víčko, s různě aromatickými obsahy, vždy ve stejné dvojici. Např. vanilka, skořice, kmín, máta, levandule, tymián, meduňka, červená paprika, hřebíček, bobkový list, kardamom, česnek, cibuli, koriandr, podběl, kopřiva, jehličí, anýz, rýmovník. 20 pytlíků s názvem bylin s totožným obsahem se sklenicemi, 2 x šátek, tužky, papíry, tvrdá podložka pod papír.				
Motivace	<p>Motivací bude stánek babky kořenářky, která se s nůši objeví na táboře a řekne dětem příběh. <i>Kdysi žila jedna bába kořenářka. Lidé ji měli rádi, poradila si snad s každým neduhem, a navíc pomáhala velmi ochotně. Sousedé z blízka i daleka jí na oplátku dávali, co měli. Vajíčka, mouku nebo mléko. Až jednou. Nějaký poutník nechal bábě za odměnu váček s penězi. Stará kořenářka o tom nejdřív ani nevěděla, váčku si všimla až dlouho po odchodu vděčného pacienta. A protože nevěděla, kde poutníka hledat, odměnu si nechala. A jak tak začala peníze přepočítávat, úplně jejich kouzlu propadla. Byla od toho dne jako posedlá, za své babské rady a bylinky žádala od lidí už jen peníze.</i></p> <p><i>Jednou po setmění za kořenářkou přišla mladá žena ze sousedství, prý se jí těžce rozstalo dítě. Bába se zrovna chystala do lesa na sběr léčivého bylí a tak prosíci matku odbyla; stejně věděla, že je chudá a za pomoc jí určitě nezaplatí. Mladá žena s prosíkem cupitala za kořenářkou až do lesa. Když ale pochopila, že nepochodí, neoblomnou bábu proklela: „Ať zkameníš!“ A to se také stalo. Z kdysi laskavé ženy se stal tvrdý kámen.</i></p> <p>Poté si s dětmi povídáme a dáváme jim otázky. <i>Je správné, že už pak chtěla babka za všechny rady jen peníze? Bylo správné, že odmítla pomoc ženě, ještě když šlo o malé dítě? Když pomáháme někomu druhému, musíme za to chtít vždy peníze?</i> Poté si s dětmi povídáme, že ne vždy jsou peníze na prvním místě a že je správné druhým v nouzi pomáhat. Dále pokládáme otázky zaměřené na bylinky. <i>Myslíte, že mají bylinky opravdu léčivou moc? Mohou nám pomoci k lepšímu zdraví? Jaké znáte bylinky?</i> Babka kořenářka pak dětem začne ukazovat různé druhy, které má v košíku a děti si je mohou prozkoumat pohledem a ke každému pytlíku na kterém je název přičichnout. Poté co děti obsah prozkoumají, seznámí se s jejich vůní a názvy, jim nabídne, jestli by dokázaly rozpoznat vůni jen podle čichu, v případě, že by měly zavázané oči.</p>				

Popis	<p>Dvě družstva dětí proti sobě bojují jako dva protivníci při hře pexesa. Uděláme dvě stanoviště úplně stejně vzdálená od číhacího stolečku. Na stolečku máme neprůhledné skleničky s dobře viditelnými čísly. Hráči si mezi sebou stanoví pořadí, ve kterém se budou pravidelně střídát ve výběhu ke stolečku. K dispozici mají papír s tvrdou podložkou, na který si zapisují pod čísla, ke kterým příchli, co by to asi mohlo být za bylinku. Vždy po přiběhnutí ke stolečku si zaváží oči a řeknou dvě čísla, ke kterému chtějí přivonět, babka jim ho otevře a děti se rychle vrací ke svému týmu zapsat pod číslo název obsahu sklenice. Poté vybíhá hráč z druhého týmu. V případě, že najdou shodnou dvojici, přihlásí se a pakliže je správná, tým získává bod (inspirace, Dalibor Šmíd, Gymnasion 2, s. 99).</p> <p>V této hře jde o opravdovou spolupráci, komunikaci, předávání si informací, udržení pozornosti, vymýšlení strategie a férovost při správném zavazování očí.</p>
Reflexe	<p><i>Jak jste se cítili, když jste jenom cítili a nemohli používat oči? Jaké bylo někomu popisovat jen to, co jste cítili jen vy? Cítili jste odpovědnost za váš tým, když jste nevěděli, jak přesně předat pocity a vůni? Jak se asi cítí člověk bez zraku? Jak se musí chovat ostatní, aby mu život usnadnili?</i></p>

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

4.7.3 Středa – den třetí

Program obsahuje cyklo výlet propojený se vzdělávacími aktivitami. Dle vychovatelů je cyklovýlet velice oblíbenou aktivitou dětí. Jelikož je tato aktivita plánována přes čas oběda, dostávají děti oběd s sebou na cestu a plánovaný návrat je v odpoledních hodinách. Před výletem je zapotřebí zkontrolování stavu kola a důležitou součástí výbavy vychovatelů je lékárnička a servisní sada nezbytná k rychlé opravě kola. Povinou výbavou pro všechny účastníky je cyklistická helma a lahev na pití. Před odjezdem se děti rozevří pomocí slalomu na kole s překážkami a prověří své vědomosti z dopravních značek a zdravotědy v podobě stanovišť. Na prvním stanovišti, slalomu na kolech vychovatelé zjistí schopnost ovládání kola dětmi. Na cestu mohou být na tomto základě děti rozdělené do skupin podle toho, jak si jsou jisté v ovládání kola. Dopolední program je díky dlouhému cyklo výletu propojen s odpoledním. Děti dojedou trasou vedoucí po cyklostezce do krajského města Jihlavy a navštíví vyhlídkovou věž sv. Jakuba, kde mají za úkol zodpovědět otázky zaměřené na krajské město Jihlava. Pokud se stane, že některé

děti kolo nemají, nebo jej neovládají, pojedou s vychovatelem městskou hromadnou dopravou.

Dopolední aktivity

Stanoviště č. 1

➤ Název hry – Slalom na kole s překážkami

Cíl	Trénink rovnováhy před cyklo výletem, pohybová koordinace, zdravý tělesný vývoj dítěte.			Místo hry	prostor před školou
Fyzická zátěž	3	Příprava (čas)	30 min., příprava slalomové dráhy	Čas hry	1 hod.
Psychická zátěž	1	Počet hráčů	60, popořadě za sebou	Pomůcky	kužely 10x, houpací lávka, lana 2x
Motivace	Motivací je pro děti výlet, na který hned po svačině vyrazíme.				
Popis	Slalom děti projíždí postupně, jeden po druhém. Po ploše jsou v rozumných a bezpečných odstupech rozestavené kužely, které mají děti každé na svém kole za úkol prokličkovat a dojet k další překážce, kterou je houpací lávka. Musí dávat pozor, aby z lávky nesjelo kolo, proto je zapotřebí najíždět na ni pomaleji a s rozvahou. Poté najedou na úzkou asi 30 cm širokou cestičku, kterou lemují lana. V této cestičce děti přidají a na konci se snaží zabrzdit těsně před vyznačeným bodem. Tímto bodem může být křídou napsaný nápis cíl. Po dojetí do cíle odstaví děti kolo a pokračují na další stanoviště.				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

Stanoviště č. 2

➤ Název hry – Víš, jak pomoci?

Cíl	Umět poskytnout základní první pomoc, získávání nových vědomostí-vědět co obsahuje lékárnička a na co dané věci používají.			Čas hry	1 hod.
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	15 min., pomůcky	Místo hry	betonový prostor před školou
Psychická zátěž	2	Počet hráčů	6		
Pomůcky	6 otázek s odpovědí A až D zaměřené na první pomoc, lékárnička.				
Motivace	Motivací je pro děti výlet, na který hned po svačině vyrazíme.				
Popis	Na toto stanoviště chodí děti ve skupinkách po šesti. Probereme s dětmi obsah lékárničky a vysvětlíme jim si, co a k čemu slouží a jak se používá. Poté si každé dítě vytáhne náhodnou otázku na lístečku a dle možností od A po D vybírá správnou odpověď. <i>Co uděláš, když by sis způsobil/a poranění říznutím do prstu? Co dělat, když ti něco spadne do oka? Co dělat, když máš puchýře? Co uděláš, když se spálíš a jak dlouho se chladí popálenina?? Co uděláš, když si odřeš koleno? Kamarád se začne dusit poté, co mu zaskočilo sousto jídla. Co je důležité zajistit člověku, který je v bezvědomí? Může být včelí nebo vosí bodnutí životu nebezpečné? Jaké telefonní číslo má záchranná služba?</i> Děti si můžou mezi sebou radit.				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

Stanoviště č. 3

➤ Název hry – Poznáš značky?

Cíl	Naučit se poznávat dopravní značky a následně jejich znalosti využít při cyklo výletu.			Místo hry	Prostor před školou.
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	15 min., pomůcky	Čas hry	1 hod.
Psychická zátěž	2	Počet hráčů	6	Pomůcky	obrázky dopr. značek
Motivace	Motivací je pro děti výlet, na který hned po svačině vyrazíme.				

Popis	Na toto stanoviště chodí děti ve skupinkách po šesti. Každý si vylosuje 3 obrázky dopravních značek a odpoví jaký je jejich význam. V případě špatné odpovědi si děti pomohou navzájem.
-------	---

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ **Název aktivity – Cyklovýlet na věž sv. Jakuba s kvízem**

Cíl	Získat a rozšířit vědomosti o kraji ve kterém žijeme.			Místo hry	cesta a věž
Fyzická zátěž	4	Příprava (čas)	15 min., otázky	Čas hry	5 hod.
Psychická zátěž	3	Počet hráčů	všichni účastníci		
Pomůcky	Otázky zaměřené na město Jihlava, lékárníčka, základní sada na opravu kola.				
Motivace	<i>Kolik schodů vede na tuto věž? Schválně, kdo je spočítá správně.</i>				
Popis	<p>Doporučení před cestou: před začátkem jízdy zkontrolujeme správně připnuté přilby a řekneme dětem, že heslo VĚŽ znamená – brzdím. Každý kdo, chce na místě nečekaně zastavit, toto heslo použije, aby nedošlo k nárazu kol. Cestou děláme přestávky na občerstvení. Rychlejší děti mohou jet s některými z vychovatelů napřed. Vždy by měli být vychovatelé průběžně rozprostření mezi dětmi, hlavně na začátku a na konci řady.</p> <p>Po dojetí do cíle vystupují skupiny po 20 dětech na věž, kde jim vychovatel povídá o Jihlavě a průběžně pokládá otázky. <i>Co znamená krajské město? Kolik obyvatel má město? Jaké nerostné bohatství se těžilo dříve ve městě? Co má město ve svém znaku? Kolik kašen má náměstí? Co se rozprostírá pod povrchem náměstí a jeho přilehlých částí? Jakou dominantou města je ukončena ulice Matky Boží? Jakou funkci měly dříve hradby, obklopující historickou část města?</i> Po odpovědění otázek dostanou děti na ruku razítko ježka, kterého má město ve svém znaku.</p>				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

4.7.4 Čtvrtek – den čtvrtý

V dopoledním, čtvrtečním programu mají děti za úkol využít poznatky z předešlého dne. Úkolem je postavit z dostupných materiálu věž a tím si zahrát na stavbyvedoucí a vyzkoušet opravdovou precizní spolupráci v týmu, jelikož se jedná o milimetry, aby se věž nezřítla. U této kreativní, poměrně odpočinkové činnosti děti načerpají sílu na následující výlet za poznáním z oblasti letectví. Před výletem je zapotřebí zkontrolování stavu kola a důležitou součástí výbavy vychovatelů je lékárníčka a servisní sada nezbytná k rychlé opravě kola. Povinou výbavou pro všechny účastníky je cyklistická helma a lahev na pití. Při celém výletu je zapotřebí dodržovat běžná pravidla silničního provozu a dbát na zvýšenou bezpečnost. Do odpolední části dne jsou zařazeny činnosti, které si děti mohou vybrat podle jejich hodnot a postojů zaměřených na dramatický projev, sport nebo vědomostní soutěž hra – město jméno. Odpolední činnosti vyhlásí vychovatelé do skončení odpočinkové přestávky po návratu z výletu. Ke každé z činností je podán krátký komentář a lákavá nabídka, proč se činnosti zúčastnit. Následně si na papír zapisují účastníky skupin, aby se nestalo, že bude v nějaké skupině přes určený limit dětí. V podvečerních aktivitách jsou zařazeny tábornické výzvy, kreativní hra Souboj básníků a opékání buřtů při hře a zpěvu u kytary. Večerní aktivitu provází strašidelná noční hra Hejkalové a strašidla, kde mají děti možnost vzájemně se podpořit a být si oporou.

Dopolední aktivity –

- **Název aktivity – soutěž – Postav věž** (Vecheta, 2009, s. 74).

Cíl	Rozvoj spolupráce a tvůrčího přístupu ve skupině, naučit se seberealizaci a sebehodnocení, osvojení si praktických dovedností.			Čas hry	1 hod.
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	10 min, pomůcky	Místo hry	prostor před školou, třída – dle počasí
Psychická zátěž	3	Počet hráčů	6 týmů		
Pomůcky	Kartony, papíry, lepidla, tužky, nůžky, špejle, brčka, izolepa, modelovací hmota, provázky, metr, desetikoruna.				

Motivace	Motivací byl výlet z předešlého dne, kde děti podstoupily výstup na věž. <i>Představte si, že by u nás v obci měla vyrůst podobná věž, jakou jste navštívili včera. Měla by to být naše chloubka, na kterou by se lidé jezdili dívat z široka daleka. Věž musí být proto poměrně vysoká a být originální, něčím zvláštní. Obec tedy vyhlásila konkurz a bude vybírat mezi jedním ze stavebních týmů, který postaví nejvyšší věž, ze stavebního materiálu, který máte k dispozici, a tato věž obstojí zatěžkávací zkoušku.</i>
Popis	Při této aktivitě jsou děti rozdělené do týmů. V jednom týmu je deset dětí. Každé družstvo má k dispozici stavební materiál ve stejném množství. Používat mohou jediné ten, nesmí si dopomoci něčím jiným. Děti mají na postavení věže 40 minut. V polovině limitu můžeme dětem oznámit poločas. Po uplynutí času podrobí jeden z vychovatelů v roli stavebního specialisty všechny věže stejnému testu. Tento zátěžový test spočívá v položení desetikoruny na poslední nejvyšší patro věže a musí tam vydržet 15 sekund, pokud věž spadne, tým je vyřazen ze soutěže a dále nepokračuje. Věže, které ve zkoušce obstojí, jsou poté přeměřeny a tým který postavil nejvyšší z nich se stává vítězem.
Reflexe	<i>Jaké to pro vás bylo postavit věž v určitém čase? Jak jste se cítili, když vám něco nešlo a viděli jste, že věž už třeba nedrží, nebo už máte málo času? Překvapilo vás něco? Co se osvědčilo, a co vám naopak nefungovalo? Můžete někde využít, co jste se naučili? Co byste udělali příště jinak?</i>

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ **Název aktivity – Cyklovýlet na letiště s prohlídkou hangárů, letadel a rozhovory s parašutistou a pilotem letadla**

Cíl	Získat vědomosti ze specifického sportovního odvětví, dopřát dětem pobyt na čerstvém vzduchu, vytvořit si vlastní náhled na svět.			Čas hry	4 hod.
Fyzická zátěž	3	Příprava (čas)	15 min. pomůcky	Místo hry	letiště
Psychická zátěž	2	Počet hráčů	všichni		
Pomůcky	Kola, cyklistické helmy, lahve s pitím, oběd, lékárnička, základní sada na opravu kola				
Motivace	Měli jste už někdy tu možnost mluvit s profesionálním letcem a parašutistou?				

Popis	<p>Děti mají možnost se dozvědět od instruktorů, kteří působí v oblasti leteckých sportů mnoho let spousty zajímavých informací. Budou provedeny po hangárech s ukázkou letadla. Povědí si o létání a parašutismu a seznámí se s řadou problémů a předností tohoto krásného a zároveň náročného sportovního odvětví.</p> <p>Doporučení před cestou: před začátkem jízdy zkontrolujeme správně připnuté přilby a řekneme dětem, že heslo LES znamená – brzdím. Každý kdo, chce na místě nečekaně zastavit, toto heslo použije, aby nedošlo k nárazu kol. Cestou děláme přestávky na občerstvení. Rychlejší děti mohou jet s některými z vychovatelů napřed. Vždy by měli být vychovatelé průběžně rozprostření mezi dětmi, hlavně na začátku a na konci řady.</p> <p>Děti mají oběd na cestu ze školní kuchyně.</p>
Reflexe	<p><i>Jaké to pro vás bylo vidět na vlastní oči letadlo a povídat si s člověkem, který vám předal spousty informací o letectví? Co vás nejvíce zaujalo v průběhu programu? Líbilo by se vám mít také jako sport letectví?</i></p>

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

Odpolední aktivity –

- **Název aktivity – Drama dílna** (inspirace Franc, Zouňková, Martin, 2007, s. 156).

Cíl	Seznámení se s prvky dramatické výchovy, osvojení si dramatických dovedností utváření příjemných vztahu ve skupině, překonání studu před ostatními.			Čas hry	2 hod.
Fyzická zátěž	2	Příprava (čas)	20 min.	Místo hry	dle počasí
Psychická zátěž	3	Počet hráčů	max. 30		
Pomůcky	Rádio a šátky.				
Motivace	<i>Kdo z vás se chtěl stát alespoň jedenkrát v životě hercem nebo herečkou? Pro takového herce není žádný problém cokoliv předstírat a zahrát jakoukoliv scénku. Jejich pracovní náplní je každodenní zkoušení, cvičení a promýšlení postupů při ztvárnění filmových hrdinů. Pojďme si na takovou roli herce zahrát.</i>				

<p>Popis</p>	<p>Děti jsou pozvané do dramatické dílny a mají možnost seznámit se s postupy dramatické výchovy formou různých cvičení. Tyto cvičení by měla být zařazována od nejjednodušších k těm, co jsou více komplikované. To proto, že je zapotřebí mít z počátku čas k uvolnění a postupné ztrátě zábran. Dílna nabízí tyto aktivity:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rozehřátí – děti se postaví do kruhu a mají za úkol předstírat, že si posílají pomyslný předmět, např. právě uvařený teplý brambor, smradlavé páchnoucí vejce, kaktus bez květináče, žvýkačku, skleněnou křehkou ozdobu atd.) <ul style="list-style-type: none"> ➤ Tom a Jerry – děti jsou rozdělená na dvě skupiny. Obě skupinky si lehnou do vzdálenosti max. 2 metrů na zem na břicho. Jedna skupina se jmenuje Tom, druhá Jerry. Vychovatel vypráví pohádku a ve chvíli, kdy v ní zazní jedno ze jména, všechny děti se co nejrychleji postaví a začíná honička. Vždy stíhá ty druhé ta skupina, které jméno zaznělo v pohádce. Děti, co utíkají se musí co nejrychleji ukrýt v domečku, který je předem vymezen. ➤ Cukr, káva, limonáda, čaj, rum, bum – vybrané dítě stojí zády ke kamarádům a říká říkanku cukr, káva.... Ostatní děti se k němu snaží potichouнку přiblížit. Ve chvíli, kdy dořekne, se rychle otočí a pokud se někdo pohne, je vrácený zpátky na start. 2. Uvolnění – děti si bez mluvení představují, že jsou/dělají např. strom ve větru, vichřici, kočka ležící na slunci, stojíte v dešti, stojí v rozhoupané loďce na moři, horolezci vystupující na vrchol hory, vyndáváte prádlo z pračky a věšíte ho, sliz, který je natažený a scvrklý, chůze proti silnému větru, loutka, zdviháte těžkou činku, nesete žebřík... 3. Fotograf ve městě – děti představují různé scénky a ve chvíli kdy se řekne „štronzo“ všichni ztuhnou a tím vznikne pomyslná fotografie, snímek prováděné scénky. Děti opět nemluví a ve skupině předvádí, autobus přeplněný lidmi, zájezd nadšených botaniků, rockový koncert, frontu na oblíbenou populární kapelu, a lístky zrovna vyprodali, čekárna u zubaře, lidé v obchodě vidící zloděje, svatební obřad, zoo zahrada. 4. Hodiny v pohybu – děti jsou rozdělené do dvou skupin. V každé skupině děti hrají a předstírají staré hodiny, zvuky točících se koleček, přeskakování rafiček, tikání, odbíjení.... 5. Scénka ve dvou – všechny děti jsou rozdělené do párů. Dvě děti spolu navzájem hrají scénku, ve které vedou dialog. Každá dvojice má představovat jiný děj např. dva zloděje, dvě kadeřnice, dva zahradníci, dva doktoři, maminka a syn, učitelka a žák atd.). Děti začínají vést dialog vždy stejně: <i>Pojď sem! A proč? Něco ti povím. A co?</i>
--------------	--

	<p>6. Čtení článku z novin – děti mají za úkol předstírat čtení novinového článku. Každému jsou nejprve rozdány emoce, s jakými bude článek přečten. Každý má chvíli si styl čtení článek připravit. Poté čtou článek např. vesele, smutně, drze, opile, jako když se stydí, pomalu atd.).</p> <p>7. Zrcadlo – děti jsou rozdělené opět do dvojic, dvojice se mohou měnit, nemusejí být stále stejné. Děti si stoupnou naproti sobě a jedno dítě začne dělat pomalé pohyby a měnit výrazy ve mimiku ve tváři, druhé dítě se snaží opakovat to, co dělá druhý, snaží se stíhat jeho pohyby, co nejpřesněji napodobovat a také je předvídat.</p> <p>8. Hra na sochy – hra opět ve dvojicích. Jedno dítě zaujme jakoukoliv polohu a nehýbe se, stane se z něj socha. Druhé dítě má šátkem zavázané oči a hmatem se snaží poznat, jak socha vypadá, v jakém je postavení a co nejpřesněji se jí snaží napodobit.</p> <p>9. Někdo zvoní – děti předstírají emoce při otevření dveří. Každou chvíli zvoní někdo jiný. Děti si předem domluví, co budou představovat a předstírají např. leknutí, nadšení, zklamání, strach, překvapení, natěšení atd.).</p> <p>10. Pohyb – v druhé polovině této aktivity pouštíme různé žánry hudby. Nejprve se ale děti bez hudby pohybují prostorem podle svého uvážení. Poté se zaměří na nějakého kamaráda a napodobují navzájem své pohyby. Následně se může do těchto koordinovaných pohybů přidat více dětí a dělají stále to samé, a nakonec k této malé skupině se přidají všichni. Poté provedeme to samé ale s doprovodem hudby. Vychovatel může pozorovat vliv hudby a změnu chování dětí.</p>
Reflexe	<p><i>Jaké to pro vás bylo, jak jste se cítili na začátku Drama dílny? Bylo těžké překonat stud? Podařilo se vám postupem uvolnit a stud překonat? Měli jste trému? Při čem ještě člověk zažívá trému? Má i herec trému, stydí se? Pomohlo vám, když jste viděli, že se někdo nestydí? Co vám pomáhá proti trémě a když se stydíte?</i></p>

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ **Název aktivity – Jméno město** (Vecheta, 2009, s. 74).

Cíl	Ověření si vlastních znalostí, být hbitý v myšlení, být poctivý, získávat nové vědomosti, rozvoj komunikace	Místo hry	dle počasí
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	5 min.
		Čas hry	1 hod.

Psychická zátěž	4	Počet hráčů	max. 20	Pomůcky	papír, tužka
Motivace	Motivací je samotná, pro děti známá hra.				
Popis	<p>Na tuto aktivitu je důležité, aby si děti posedali od sebe dostatečně daleko a nemohly od sebe opisovat. Každé dítě dostane tužku a papír na který si namaluje sloupce, kde vždy v každém sloupci na začátku bude jako nadpis – písmeno (je vždy první), město, jméno, věc, rostlina, zvíře, barva, vlastnost, stát. Hru začneme tak, že si vychovatel začne v duchu bez mluvení projíždět abecedu a kdokoli z hráčů řekne STOP. Vychovatel písmeno, u kterého se právě nacházel nahlas vysloví a v tuto chvíli začínají děti rychle vyplňovat tabulky, aby všechny slova měli toto písmeno na svém počátku. Proto si toto písmeno napíšeme vždy na začátek do sloupce s názvem písmeno. Dítě, které nejdříve vše vyplní řekne STOP, což znamená pro ostatní, aby přestali vyplňovat. Menším dětem můžeme například připočítat navíc několik vteřin, aby nebyly v nevýhodě,</p> <p>Počítání bodů:</p> <ol style="list-style-type: none"> 11. Správně jako jediný + 2 body 12. Správně, stejně jako jiný kamarád + 1 bod 13. Nevyplnil 0 bodů 14. Špatně a byl to zrovna on, co hru stopnul – 1 bod <p>Počítání bodů a správnost odpovědí ověřuje a kontroluje vychovatel.</p> <p>V případě, že by se mělo písmenko opakovat, řekneme to a pokračujeme v myslí hledání jiného. Ve chvíli, kdy všechny písmenka byla vybrána, hra končí, spočítáme body a je vyhodnocen nejlepší účastník z každé třídy, která byla ve hře zastoupena.</p>				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ Název aktivity – Florbal utkání

Cíl	Rozvoj pohybu a fyzické kondice, učít se ohleduplnosti, podpora sounáležitosti s týmem.			Místo hry	tělocvična
Fyzická zátěž	4	Příprava (čas)	15 min, pomůcky	Čas hry	1 – 1,5 hod.
Psychická zátěž	2	Počet hráčů	14		

Pomůcky	Mantinely, dutý plastový míček, florbal. hole.
Motivace	Motivací je samotná hra florbalu, která je dle vychovatelů velice oblíbená.
Popis	<p>Florbal se hraje v tělocvičně ohraničené mantinely. Děti při hře využívají speciální florbalové hole. Brankáři chytají góly pouze svým tělem, rukama a nohama. Je tedy zapotřebí dětem před zahájením hry říct, aby byly ohleduplní ke spoluhráčům. V herním poli je z každého týmu v jeden moment pět hráčů a jeden brankář. Cílem každého týmu je dosáhnout více gólů než soupeř. Zápas se hraje na tři dvacetiminutové třetiny.</p> <p>Základní pravidla: k vidění, první den – pondělí – odpolední aktivity .</p>

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ **Název aktivity – Tábornické výzvy** (inspirace Zapletal, 1985, s. 367).

Cíl	Naučit se tábornickým dovednostem zdokonalit fyzickou zdatnost, vzájemná sounáležitost, rozvoj seberealizace, osvojit si nové dovednosti.			Místo hry	hřiště
Fyzická zátěž	4	Příprava (čas)	1 hod. pomůcky	Čas hry	2 hod.
Psychická zátěž	3	Počet hráčů	všichni		
Pomůcky	Stany, karimatky, spacáky, nafukovací bazének s vodou, dřevěné prkno delší než bazének, 2 x špalek o trochu vyšší, než je bazének, dřevěné tyče nebo delší klacky a provaz, stará prostěradla				
Motivace	Čeká nás vůbec poprvé na tomto táboře spaní pod stanem. Jako správní táborníci byste si měli poradit s každým počasím, úkolem a postavit stan by měla být hračka. Pusťte se do toho.				
Popis	<p>Děti se předem domluví a některé z nich donesou menší stan, spíše iglú, aby nebyl moc veliký a jeho stavění nezabralo půl odpoledne. Všechny děti si donesou vlastní karimatku a spacák.</p> <p>➤ Stavba stanu – blíží se bouře, postavte, co nejrychleji dokázete stan. Ve chvíli, kdy je stan hotov a děti se schovají dovnitř, zavolají vychovatele, který stan zkontroluje, a pomohou těm, kteří ještě staví.</p>				

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lávka přes vodu – ve chvíli, kdy mají všechny děti stany postavené, si je k sobě zavoláme a řekneme, <i>představte si, že náš tábor je na ostrově. Tento ostrov ale zaplavuje moře a musíme se co nejrychleji dostat na pevninu.</i> Děti postupně přechází po lávce, která vede přes větší nafukovací bazének. Lávka je vytvořená z dvou špalků a dřevěného prkna, nesmí být, ale hodně vysoko aby nedošlo ke zranění. Kdo spadne a namočí se, nevadí i to táborníkům stává. ➤ Zraněný táborník – děti se rozdělí do týmů a vychovatel zadává další úkol. Jeden táborník si těžce poranil nohu a na ostatních je pomoci kamarádovi do bezpečí, jak ho ale ponесou? Na zádech nesmějí. Děti si musí poradit z dostupného materiálu, kterým jsou dřevěné tyče, delší klacky, provaz a stará prostěradla. Jejich úkol je zhotovit přenosná nosítka a s takto poraněným obejít okolo školy a být k němu ohleduplný. Jakou strategii zvolí je na nich.
--	---

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

- **Název aktivity – Souboj básníků** (inspirace Franc, Zouňková, Martin, 2007, s. 154).

Cíl	Spojit inspirační slova do veršů a vyjádřit ve skupině fantazii a souhru, vytvořit zábavnou atmosféru, komunikace s okolím.			Místo hry	hřiště
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	30 min.	Čas hry	2 hod.
Psychická zátěž	3	Počet hráčů	všechny týmy		
Pomůcky	Inspirační slova, která budou použita v básních, papíry, tužky, tvrdé podložky pod papír, kytara				
Motivace	Jeden z vychovatelů hraje potichu na kytaru a druhý mezi tím mluví k dětem. <i>Co je to báseň? Přijde vám jako něco vznešeného, čemu je jen těžko porozumět? Do veršů jsou ukryté pocity, nálada, nápady. I pár slov při sobě se může stát básní a vyjádřit to, co by normálně vyjádřit bylo těžké.</i>				

Popis	<p>Po motivaci si všechny týmy hodí kostkou a tím si určí pořadí ve kterém děti vycházejí na plochu hřiště. Na ploše je na kartičkách umístěno 54 různých inspiračních slov. Každý tým má za úkol vybrat 8 slov, které se poté budou vyskytovat v básni. Na hřišti nám zbývá 6 slov. To proto, aby měl poslední tým větší možnost výběru a v případě, že se někomu některé slovo nehodí a neví si s ním rady, může jedenkrát slovo vyměnit za jiné. Při tvoření básni hraje dětem hudba, ať již z rádia nebo na kytaru. Poté mají všechny týmy čas spojit fantazii dohromady a zplodit své básně, které si poté přečteme a vystavíme si je k jiným dílům do galerie z předchozích dnů.</p> <p>➤ Příklady inspiračních slov: <i>láska, štěstí, oči, most, tajemství, osud, hlas, cesta, ruce, kořeny, cit, hvězdy, měsíc, klíč, odvaha, domov, světlo, noc, slunce, zrcadlo, pramen, radost, naděje, obzor, moře, čas, země, duhy, voda, svítání, prostor, řeka</i> a další (Franc, Zouňková, Martin, 2007, s. 154).</p>
Reflexe	<p><i>Jaké pro vás bylo zapojit slova do básně? U čeho, jste se nejvíce pobavili? Dozvěděli jste se o někom ze skupiny, že je výborný básník? Z jakým slovem jste si nevěděli rady? Pomáhala vám při psaní básně hudba, je pro vás hudba inspirací?</i></p>

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ **Název aktivity – Noční hra, Hejkalové a strašidla**

Cíl	Překonat svůj strach, být druhému oporou, vytvořit si vlastní náhled na svět.			Místo hry	prostor kolem školy
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	žádná	Čas hry	1 hod
Psychická zátěž	4	Počet hráčů	všichni, po dvojicích	Pomůcky	Příběh, buřty, housky, tabule, tužka
Motivace	<p><i>Pohádkový příběh. o hejkalech, a Černém muži.</i></p> <p><i>O hejkalech se u nás povídá snad všude. Uvěříte-li pověstem a lidovým vyprávěním, pomalu u nás není les, ve kterém by nebyli. A pokud tam nejsou hejkalové bývá tam Černý muž, o kterém se vypráví třeba v okolí Borové Lady a Kvildy na Šumavě. Hejkalové dorůstají přibližně stejné výšky jako lidé. Jen část z nich je o trochu menší. Jejich ruce i nohy vypadají jako silné pokroucené větve stromů a jejich kůže se podobá kůře borovic. Někteří bývají celí porostlí mechem. Uši mají dlouhé a špičaté a na bradě mají ježaté vousy. Potloukají se všude, kde jsou stromy a často</i></p>				

odpočívají ukrytí v hustém mlází nebo v korunách stromů. Živí se brouky, malými myškami a ptáčky, někdy v potocích loví rybky.

Hejkadla, která se vyskytují v lesích na Vysočině, zejména na Jihlavsku jsou podobná sovám. Mají ovšem mnohem větší zobák. Posedávají na větvích vysokých stromů, nejčastěji na borovicích a smrcích. Všichni hýkají a děsí lidi svým křikem. Nejčastěji od nich uslyšíte: „Hahou! Hahou!“ Nebo: „Hahėj! Hahėj!“ Pro lidi je rozumnější si hejkalů vůbec nevšímat a rychle se vzdálit od místa, kde křičí. Hejkaly uspokojí, že člověka vyhnali ze svého teritoria, a dají mu pokoj. O několika hejkalech bylo zaznamenáno, že od lidí loudili něco k snědku. Takové masíčko poznají po čichu a naučili se zakrátko řezníky i jejich tovaryše rozeznávat od jiných lidí. Za pár špekáčků jim na oplátku prozradili, kde jsou v lese propasti, na které je třeba si dát pozor, a jiná lesní tajemství. Někteří hejkalové prý i dnes loudí svačiny od turistů, kteří se jim zdají sympatičtí. Velice jim chutná třeba houska. Hejkadla, se vyskytují prý i tady u nás a nikdy není radno na hejkalí křik odpovídat podobným zahalekáním. To hejkalové přímo nesnášejí. K takovému opovážlivci se obvykle seběhnou všichni hejkalové s hejkalkami a hejkalčaty z celého lesa. Pokud mu jen potrhají oděv, může mluvit o velikém štěstí. V některých pověstech se dokonce píše o tom, že člověka, který se po hejkalech opičil, roztrhali na kusy.

A Černí muži? U těch stačí, když je člověk zahlédne. Tak jsou příšerní! Obličjeje mají docela obrácené naruby – místo nosu hlubokou prohlubeň, oči zapadlé v lebce a propadlá ústa bez rtů. Hrůza hrůzoucí, jen na ně pohledět. O tom, jak to může dopadnout, když si nerozumný člověk zavdá s hejkalem, vypráví případ chalupníka z blízké vesnice. Z trhu v Jihlavě se vracel na voze taženém koněm. Na trhu nakoupil kameninové hrnce, veliké zrcadlo, kopu vajec a spoustu dalších věcí. Když projížděl lesem, zaslechl křik hejkala. A protože byl v dobré náladě, že dobře nakoupil, rozverně si jeho volání zopakoval. „Hahėj! Hahėj!“ křikl z plna hrdla jako on. A to hejkal samozřejmě nenechal jen tak. Chtěl si to s chalupníkem vyřídit, ale ten se po něm ohnal bičem. To hejkala naprosto rozzuřilo a zahalasil tak strašně, že se chalupářův kůň pokusil vyšplhat na strom jako veverka. Následky byly neblahé. Koně už nikdo nikdy neviděl, vůz se převrátil a všechny hrnce, zrcadlo a vejce se rozbily. Na zemi se ocitl i chalupník a notně si při pádu nabil. Hejkal se na něj podíval, a když viděl, jak bídně dopadl, jen se ušklíbl a nechal ho být. Chalupník mohl být rád, že nepřišel o život. Ještě že ho objevili sousedé a dopravili ho k lékaři. Když se po čase zotavil, byl nadobro vyléčený z dalšího pokušení dráždit hejkaly (inspirace Strašidlář, Hynek, 2016).

Popis	Po přečtení příběhu se děti vydají na stezku odvahy. Děti ve dvojicích obcházejí po setmění školu a podepíší se svými jmény na tabuli, která je na předem smluveném místě. A každý si vezme z misky Hejklův oblíbený buřtík a housku. Pozor v houštinách podél trasy jsou schovaní vychovatelé a vydávají strašidelné zvuky a nesmí je nikdo zahlédnout, tím navodí strašidelnou atmosféru. Opatrně na překročení hranic. Malým dětem klidně můžeme říci, že jsou u cesty schovaní vychovatelé a vydávají zvuky, nebo je doprovodit. Starším dětem naznačíme, že je možné, že uslyší zvuky, ale ať se nelekají, že přeci Hejkalové už vymřeli a nyní jsou jen v pohádkách. Opravdu záleží na věku dětí a jejich povaze. Buřty, které děti donesou si pak společně u táboráku s kytarou opečeme.
--------------	---

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

4.7.5 Pátek – den pátý

V dopoledním, pátečním programu, vyzkouší děti své orientační schopnosti díky hře šipkovaná. Při šipkované děti soutěží v týmech čekají na ně vědomostní a fyzicky zaměřené úkoly. Ve chvíli, kdy týmy šipky dovedou k lesu, na ně čekají pohádkové postavy, které ověří jejich environmentální znalosti a kreativní vyjádření pomocí hry Land art. Splněním všech úkolů děti získají poklad v podobě odměn. V odpoledním programu si s dětmi zavzpomínáme, na průběh celého tábora a každý bude moci pomoci her Klubíčko a Závěrečné zhodnocení tábora zanechat zpětnou vazbu o tom, co si z tábora odnášejí nebo co se naučili. Na závěr si děti můžou zvolit aktivitu podle svých zájmů, nebo nálady. Můžou si zasportovat při fotbale, nebo basketbalu, nebo využít salon krásy. Na úplný závěr se s každým odcházejícím účastníkem rozloučíme, popřejeme si krásný zbytek prázdnin a brzy na viděnou zase ve škole.

Dopolední aktivity –

➤ Název aktivity – Šipkovaná k lesu s úkoly

Cíl	Orientace v terénu pomocí šipek, rozvoj soudržnosti v týmu, osvojení si sportovních dovedností, dopřát dětem pohyb na čerstvém vzduchu.	Místo hry	cesta do lesa
------------	---	------------------	---------------

Fyzická zátěž	3	Příprava (čas)	30. min, úkoly	Čas hry	1 hod.
Psychická zátěž	3	Počet hráčů		Pomůcky	úkoly k řešení
Motivace	Děti jsou motivované ztraceným pokladem a výpravou za jeho nalezením				
Popis	<p>Na tuto aktivitu se vydává několik výprav, týmů. Týmy budou vycházet vždy s doprovodem vychovatele po 10 minutách za sebou, jen děti po prvním týmu půjdou po 15 min. Vychovatel může děti v případě rychlého řešení úkolů trochu pozdržet. Pořadí vycházení týmů určíme podle hodu kostkou. První výprava chystá úkoly ostatním. Po 10–20 m vždy na zem nakreslí křídou šipku ukazující směr, kudy výprava jde. Pokud se šipka na terén nedá nakreslit křídou, vytvoří jí z kamínků, klacíků, šišek apod. Když dorazí na nějaké zajímavé místo, kde se dá vymyslet nějaký úkol, místo šipky nakreslí čtverec a označí tak stanoviště, na kterém se druhá výprava musí zastavit. V blízkosti tohoto čtverce opět vyznačí směr kudy pak jít. Blízko tohoto místa, tak aby byl vidět, první výprava zanechá dopis s úkolem (zatěžkaný kamenem, klackem apod.). Pak vedou výpravu dál. Když první výprava dojde do konce, pokračuje po malém občerstvení rovnou do Pohádkového lesa a plní vědomostní úkoly.</p> <p><u>Úkoly na šipkovanou</u> – spočítejte kolik je vám dohromady let, vyskočte 10 x do vzduchu najděte 5 různých rostlin a zkuste je pojmenovat, udělej 10 dřepů, oběhněte 10x dokola nejbližší strom. Ten, kdo najde první jakýkoli hmyz, nemusí dělat příští úkol, k dalšímu úkolu doskákejte, k dalšímu úkolu mlčte, k dalšímu stanovišti doskákejte snožmo, najdi šišku (kámen) a hod' ho co nejdál.</p>				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ Název aktivity – Pohádkový les, hledání ztraceného pokladu + Land Art

Cíl	Získávání nových vědomostí, vybavení si dosavadních vědomostí, podpora soudržnosti týmu, pohyb v lese.		Místo hry	les
Fyzická zátěž	1	Čas hry	3 hod. i s aktivitou Land Art	Příprava (čas) 1,5 hod., stanoviště, pomůcky
Psychická zátěž	4	Počet hráčů	6 týmů	

Pomůcky	5x kostým (víla, Pán lesa, Karkulka, Pindruše – kostým mochomůrky červené, baba Jaga), herci – babičky a dědečkové děti, obrázky stromů, zvířat, hub, plody lesních stromů, stopy zvířat, 30 x klíč, truhlice, odměny – poklad pro děti (sladkosti, reklamní předměty atd.), šipky, seník v lese – který lze použít jako perníkovou chaloupku, dopis od pána lesa
Motivace	Ve chvíli, kdy dojdeme s dětmi k lesu, jim oznámíme. <i>V lese se pohybuje pět pohádkových bytostí – nesmělá lesní víla, Červená karkulka, zákeřná Pindruše, baba ježibaba v Perníkové chaloupce (bouda – seník) a Pán lesa (Krakonoš). Tyto bytosti na vás čekají a dovedou vás k nim šipky zavěšené na stromech. U každého splníte úkol, za který dostanete klíč k pokladu. K pokladu potřebujete pět klíčů. Pozor na babu Jagu, jak ji obelstíte, vám poradí jen víla.</i>
Popis	<p>Pohádkové bytosti jsou babičky nebo dědečkové děti, které oslovíme s prosbou, zda by nám mohli tyto postavy zahrát. Každá bytost má v lese své stanoviště, děti k ní postupně navigují šipky, které na papírech napícháme průběžně na větvičky stromů. Děti vcházejí do lesa postupně hned jak k němu přišly, aby se nestalo, že se u některé z bytostí potkají dva týmy. Na každém z pěti stanovišť čeká na každý tým úkol. Po splnění úkolu dostávají děti klíč.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Stanoviště 1. – červená Karkulka – stromy v lesích, pojmenování a přiřazení jejich plodů, rozdělení stromů. ➤ Stanoviště 2. – Pindruše – rozpoznat houby na obrázcích, pojmenovat je, roztřídit na jedlé a nejedlé ➤ Stanoviště 3. – nesmělá lesní víla – pojmenovat zvířata na obrázcích a přiřadit každé zvíře k jeho stopě. Víla děti také moc poprosí i přes to, že je strašně nesmělá a stydlivá o radu. Jak může tuto nesmělost a stydlivost překonat. Zeptá se dětí, co jim pomáhá při tom, aby se nebály a nestyděly. Jestli se i oni něčeho bojí, něco udělat, říct, zeptat se, zazpívat atd.). Právě totiž zpěv může babu Jagu uspat a děti si budou schopné vzít její klíče, které potřebují k získání pokladu. ➤ Stanoviště 4. – chaloupka baby Jagy – baba už děti vyhlíží a těší se, jak si je vykrmí a uvězní ve své chaloupce. Prvně je baba na děti miloučká, pozve je dál a zavře dveře na petlici. Jediná možnost, jak teď babu oklamat a obelstít, je zazpívat jí ukolébavku, po které usne. Děti zazpívají, potichu najdou klíč a rychle utíkají pryč, protože baba se začíná probouzet. ➤ Stanoviště 5. – Pán lesa – úkol v následující tabulce, Land Art. Jak děti postupně přicházejí na poslední stanoviště, pán lesa je osloví, viz v motivaci u Land Art.

➤ **Název aktivity – Land Art** (inspirace Franc, Zouňková, Martin, 2007, s. 160).

Cíl	Projevit tvůrčí zápal, fantazii a dokázat spolupracovat, rozvoj seberealizace a sebehodnocení.			Místo hry	les
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	žádný	Čas hry	1 hod.
Psychická zátěž	2	Počet hráčů	týmy		
Pomůcky	Neživé přírodniny v lese a blízkém okolí, fotografie děl Land Art pro inspiraci dětí.				
Motivace	<i>Ahoj děti, už jsem trochu unavený, v dnešní době to není vůbec jednoduché, lidi se snaží přírodu stále měnit. Přitom lidé z přírody vzešli. Nejdříve za sebou zanechával člověk jen stopy v mé půdě, ale najednou začalo všech zásahů přibývat, lidé si z mého dřeva vyrobili první zbraně, postavili první dům, a tak to pokračovalo dále a dále až nehezkyých zásahů přibývalo. Přírodu střídají města a stavby z betonu. Jak se to mohlo stát? Myslím, že je čas vrátit se k přírodě, být její součástí, vnímat ji a využívat citlivě jen to, co nám sama poskytuje. Neničte mě, nelámejte a nešlapejte na to, co je živé. Udělejte mě hezčím a naučte se zase objevit všechny smysly, které vám byly dány, tedy čich, zrak, chuť, hmat a sluch rád se vám za to odvděčím nejen posledním klíčem k pokladu.</i>				
Popis	<p>V této aktivitě vytváří děti umělecká díla v přírodě, projevují tvůrčí zápal, nadšení ze hry v přírodě, fantazii, spolupráci ve skupině. Děti pracují v týmech a na začátku mají stanovený čas v délce dvou hodin, ve kterém používají všechny přírodní materiály dostupné v přírodě, hlína, kameny, větve, šišky, listí atd.). Tyto přírodniny však musí být pouze neživé, tedy spadlé větve i listí abychom neničili přírodu. Vychovatelé týmy postupně obcházejí a jsou dětem k dispozici, mohou pomoci, poradit, navrhnout dětem postup. Na závěr se všichni vypravíme na obchůzku, kde každý tým svůj Land Art popíše a vedeme otevřený rozhovor, fotíme děti, přemýšlíme a uvažujeme nad díly.</p> <p>➤ Poklad – Děti nakonec dostávají od pána lesa poslední klíč a jsou pověřené přidat všechny klíče do svého díla jako jejich součást. Společně má dílo tu moc, že je dětem vydána truhla s pokladem, kterým je každý odměněn.</p>				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

Odpolední aktivity –

➤ Název aktivity – Klubíčko (Vecheta, 2009, s. 162).

Cíl	Zjistit vývoj vztahů ve skupině a navázání kontaktů dětí.			Místo hry	Tělocvična, hřiště
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	5 min.	Čas hry	30–45 min.
Psychická zátěž	3	Počet hráčů	všichni	Pomůcky	klubko provazu
Motivace	<i>Od začátku tábora už jsme spolu strávili hodně chvil, zažili hodně dobrodružství a ti, se kterými jsme se vůbec neznali se stali našimi kamarády. Zjistili jsme, že s někým máme mnoho společného a někdo je nám vzdálenější. I přes to jste hráli a bojovali jako jeden tým a byli součástí celku, jako jedno vlákno z pavoučí sítě. Pojďme si takovou síť vytvořit, a najít na každé její součásti něco dobrého.</i>				
Popis	<p>Aktivitu začíná vychovatel, který drží v ruce začátek špagátu a pošle někomu klubko s vysvětlením, proč mu klubko posílá, co se mu na něm líbí, čeho si na něm cení. Dítě, které klubko přijme, si ho na znamení přijetí omotá 2 x kolem prstu, napne ho, a pošle dále. A takto si klubko děti posílají v celém kruhu, až nám vznikne pavoučí síť.</p> <p>Někdo klubíčko může dostat i několikrát. Tím zjistíme, kdo je ve skupině oblíbený více či méně a jaké na táboře panují vztahy.</p> <p>V průběhu aktivity by měl vychovatel trochu propojení korigovat, aby nedošlo ke spojení například jen jednoho z týmů.</p>				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ Název aktivity – Závěrečné zhodnocení tábora

Cíl	Pomocí hry dokázat zhodnotit a shrnout tábor, mít vlastní názor.			Místo hry	dle počasí
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	pomůcky	Čas hry	45 min.
Psychická zátěž	2	Počet hráčů	týmy	Pomůcky	Papír, tužky
Motivace	Motivační je předchozí hra klubíčko.				

Popis	Na závěr tábora by měl být prostor pro celkové jeho zhodnocení. Děti se rozdělí do týmů. Každý tým dostane tužku a papír a za aktivní spolupráce všech má za úkol sepsat 7 vlastností, schopností, které si myslí, že si z tábora odnášejí, nebo se je naučili. Může se jednat o vědomosti z přírody, zdravotědy, cyklistiky, tvoření, skládání básní, být druhému oporou, spolupráce, překonání strachu, ohleduplnost. Děti mají na aktivitu 30 min., poté se sloučí společně dva týmy dohromady, a mají za úkol dát dohromady svých sedm a sedm vlastností. V případě, že se v některých shodli, vůbec nevadí. Na závěr se spojí dohromady všechny týmy. Vlastnosti píšeme na tabuli, tak aby na ni všichni viděli. Zjistíme tedy, zda byl tábor úspěšný, kolik vlastností a získaných dovedností si děti osvojili, co táborem získaly a co se jim nejvíce líbilo.
-------	--

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ Název aktivity – Salony krásy

Cíl	Zažít pocit hýčkání a péči druhého.			Místo hry	Dle počasí
Fyzická zátěž	1	Příprava (čas)	10 min.	Čas hry	1 hod.
Psychická zátěž	1	Počet hráčů	jednotlivci		
Pomůcky	Barevné smývatelné pudry na vlasy, gumičky, bavlnky, nůžky, barvy na obličej.				
Motivace	Motivací je pro holčičky už samotný název salon krásy a vidina copánků nebo malování na obličej.				
Popis	Kadeřnický salon krásy: dvě vychovatelky zaplétají dětem copánky s bavlnkami, popřípadě barví vlasy barevným pudrem a tvoří kreativní účes na přání dětí; Kosmetický salon krásy: další dvě vychovatelky namalují dětem na obličej různé obrázky na přání. Děti si mohou vybrat z obrázků.				

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ Název aktivity – Basketbal

Cíl	Trénink fyzické kondice, obratnosti, přesnosti, trpělivosti a ohleduplnosti při hře.				
Fyzická zátěž	3	Příprava (čas)	žádná	Místo hry	tělocvična
Psychická zátěž	2	Počet hráčů	týmy	Čas hry	1 hod.

Pomůcky	Basketbalové míče, koše.
Motivace	Motivací je samotná hra.
Popis	Pravidla webové stránky SportCentral (21. 2. 2021). <i>Basketbal hrají proti sobě dva týmy, v každém týmu je 10–12 hráčů. V průběhu hry je na hřišti pouze 5 hráčů. Cílem každého týmu je vhodit míč do soupeřova koše a zároveň zabránit, aby soupeřovo tým vhodil míč do jejich koše. Vítězem hry je to družstvo, které získalo na konci hry, tzn. po čtvrté čtvrtině, nejvíc bodů. Zápas začíná rozskokem ve středovém kruhu. Koše tým dosáhne, když míč spadne shora do koše a propadne jím. Koš z trestného hodu se počítá za jeden bod, z pole za dva body a z tříbodového území se počítá za tři body. Každé střídání hráčů se musí hlásit zapisovateli. Zápas končí signálem časoměřiče. V případě, že se někdo dopustí chyby současně, kdy časoměřič hlásí konec hry, musí se ještě vykonat trestný hod. Hrací čas je rozdělen na dva poločasy, 4 čtvrtiny po 10 minutách. Mezi čtvrtinami jsou celkem čtyři přestávky a před každým prodloužením je 2 minuty přestávka. Mezi poločasy je přestávka 15 minut.</i>

Fyzická zátěž (1 – téměř žádná, 5 – velká zátěž).

➤ Název aktivity – Fotbal

Cíl	Trénink fyzické kondice, obratnosti, vytrvalosti, přesnosti, trpělivosti a ohleduplnosti.				
Fyzická zátěž	3	Příprava (čas)	žádná	Místo hry	dle počasí
Psychická zátěž	2	Počet hráčů	týmy	Čas hry	1 hod.
Pomůcky	Míče, branky, píšťalka.				
Motivace	Motivací je samotná hra.				
Popis	S dětmi vytvoříme dvě družstva po jedenácti hráčích a hrajeme na travnatém hřišti. Na počátku hry si každé družstvo zvolí svého brankáře. Cíl obou družstev je stejný, dosáhnout více gólů, než soupeř. Gólu je dosaženo tehdy, když míč přejde brankovou čáru mezi tyčemi branky celým objemem. Hraje se hlavně nohama, ale hráči mohou k hraní míčem používat libovolné části těla kromě rukou a paží. Pouze brankář může v blízkosti vlastní branky hrát i rukama. Které družstvo dá více gólů vyhrává. Hráči se nesmí navzájem faulovat.				

Závěr

Cílem mé BP bylo navrhnout program pro pětidenní příměstský tábor družiny školy. Při navrhování programu a aktivit, které jsou jeho součástí, jsem vycházela z výstupů rozhovorů s vychovateli školní družiny a praktikantkou, kteří připravovali loňský ročník tábora.

V teoretické části BP jsem vymezila pojmy týkající se daného tématu, jako je volný čas, vývojová psychologie dětí mladšího školního věku, téma hry a motivace a pracovala jsem s literaturou zaměřenou na volný čas dětí mladšího školního věku, což mi velice pomohlo v následném utváření programu tábora. V praktické části, jsem sestavila dotazník s otázkami pro vychovatele. Na základě tohoto dotazníku jsem uskutečnila s každým vychovatelem osobně rozhovor, ve kterém jsem se zajímala o jejich zkušenosti s realizovanými činnostmi, celou strukturou programu a jeho podmínkami v minulých letech.

Podle výstupů z rozhovorů jsem vybírala takové činnosti, abych naplnila program tábora v očekávaných oblastech. V potaz jsem brala také specifika prostředí, kde se tábor pořádá, protože jsem mohla čerpat ze své osobní účasti v minulých letech. Při tvorbě návrhu jsem polemizovala s některými výstupy z rozhovorů, především na základě nově nabytých odborných znalostí. Při celkové tvorbě programu a činností v něm obsažených jsem místy zapomínala, že se jedná pouze o pětidenní příměstský tábor bez přespávání dětí. Nebyla jsem si také jistá časovou dotací, aby spolu byly všechny nabízené aktivity v souladu a aby byly využitelné i v případě nepříznivého počasí. Měla jsem k dispozici tolik námětů z literatury a vlastních nápadů, že by to vyšlo na několik táborů dopředu. V tomto případě jsem využila vlastní intuici.

Při navrhování programu jsem váhala, zda podrobně rozepisovat každý postup obsažené aktivity. Jelikož byl ale mým vedlejším cílem poskytnout manuál pro podobné účely příměstských táborů, zvolila jsem právě podrobné a barevné rozepsání činností pro dobrý přehled a orientaci pro kolegy ze stejné profese.

Byla bych moc ráda, kdybych měla možnost si koncept celého tábora a aktivity v něm obsažené osobně ověřit, získala jsem tak závěrečnou reflexi a pro mě velice důležitou

sebereflexi. Podrobila bych tak zkoušce mé vlastní uvažování profesionála. V každém případě musím konstatovat, že čas strávený nad tímto tématem mě velice obohatil.

5 Seznam literatury

ALLEN, K. E., MAROTZ, L. R. Přehled vývoje dítěte: od prenatálního období do 8 let. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-614-4.

BENDL, Stanislav a Jiřina PÁVKOVÁ. Vychovatelství. ISBN 9788024797632.

BENDL, Stanislav, Jaroslava HANUŠOVÁ a Marie LINKOVÁ. *Žák s problémovým chováním: cesta institucionální pomoci*. Praha: Stanislav Juhaňák-Triton, 2016. ISBN 978-80-7387-703-3.

DVOŘÁČEK, Jiří. *Základy pedagogiky pro učitele a vychovatele*. Praha: Univerzita Karlova v Praze-Pedagogická fakulta, 2004. ISBN 80-7290-159-1.

FRANC, Daniel, Daniela SOBKOVÁ ZOUNKOVÁ a Andy MARTIN. *Učení zážitkem a hrou: praktická příručka instruktora*. Brno: Computer Press, 2007. Edice aktivit a her. ISBN 9788025117019.

HÁJEK, Bedřich. *Děti, vedoucí, volný čas*. Praha: Institut dětí a mládeže MŠMT, 2004, 120 s. ISBN 80-86784-06-1.

HÁJEK, Bedřich, Břetislav HOFBAUER a Jiřina PÁVKOVÁ. *Pedagogické ovlivňování volného času: trendy pedagogiky volného času*. Vyd. 2., aktualiz. [i.e. 3. vyd.]. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-262-0030-7.

HANUŠ, Radek a Lenka CHYTILOVÁ. *Zážitkově pedagogické učení*. Praha: Grada, 2009. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-2816-2.

HELUS, Zdeněk. *Dítě v osobnostním pojetí: obrat k dítěti jako výzva a úkol pro učitele i rodiče*. Praha: Portál, 2004. Pedagogická praxe. ISBN 80-7178-888-0.

HUIZINGA, Johan a Jaroslav VÁCHA. *Homo ludens: o původu kultury ve hře*. Praha: Mladá fronta, 1971. Ypsilon (Mladá fronta).

KLIMEK, Hynek. *Strašidlář*. Ilustroval Zdeňka ŠTUDLAROVÁ. Praha: Bambook, 2016. ISBN 978-80-247-5628-8.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-1284-0.

- LOKŠOVÁ, Irena a Jozef LOKŠA. *Pozornost, motivace, relaxace a tvořivost dětí ve škole*. Praha: Portál, 1999. Pedagogická praxe. ISBN 80-7178-205-x.
- MATĚJČEK, Zdeněk. *Co děti nejvíc potřebují: Eseje z dětské psychologie*. Praha: Portál, 1994. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 80-7178-006-5.
- MATĚJČEK, Zdeněk a Marie POKORNÁ. *Radosti a strasti: předškolní věk, mladší školní věk, starší školní věk*. Jinočany: H & H, 1998. ISBN 80-86022-21-8.
- MATĚJČEK, Zdeněk. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2007. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 978-80-7367-325-3.
- MIŠURCOVÁ, V., FIŠER, J., FIXL, V. *Hra a hračka v životě dítěte*. V Praze: Státní pedagogické nakl., 1980, 143 s. ISBN 14-731-80.
- NĚMEC, Jiří. *Kapitoly ze sociální pedagogiky a pedagogiky volného času pro doplňující pedagogické studium*. Brno: Paido, 2002. ISBN 80-7315-012-3.
- PAVKOVÁ, Jiřina (2015). *Vychovatelství*. In Bendl, S. a kol. *Vychovatelství: učebnice teoretických základů oboru*. Praha: Grada.
- PAVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času*. Vyd. 3., aktualiz. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-711-6.
- PAVKOVÁ, Jiřina a Bedřich HÁJEK. *Školní družina*. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-751-5.
- PRŮCHA, Jan. *Přehled pedagogiky: úvod do studia oboru*. 4., aktualizované vydání. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0872-3.
- PRŮCHA, Jan. *Moderní pedagogika*. 5., aktualiz. a dopl. vyd. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0456-5.
- PRŮCHA, Jan, ed. *Pedagogická encyklopedie*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-546-2.
- RUBÁŠ, Karel. *Pohybové hry*. Plzeň: Západočeská univerzita, 1997. ISBN 80-7082-371-2.
- ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka. *Přehled vývojové psychologie*. 3., upr. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010. ISBN 978-80-244-2433-0.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000. ISBN 8071783080.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání*. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 9788024621531.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie I.: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 978-80-246-1037-5.

VÁŽANSKÝ, Mojmír a Vladimír SMÉKAL. *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Paido, 1995. Edice pedagogické literatury. ISBN 80-901737-9-9.

VECHETA, Vladimír. *Indoor activity: 50 her a aktivit pro trénink, školení i zábavu*. Brno: Computer Press, 2009. Edice aktivit a her. ISBN 978-80-251-2561-8.

ZAPLETAL, Miloš. *Velká encyklopedie her*. 2. vyd., 1. vyd. v nakladatelství Leprez. Praha: Leprez, 1995. ISBN 80-901826-6-6.

Webové zdroje k roku 2020/2021:

<https://www.hra.cz/hra/evoluce> [online]. [cit. 2021-02-18].

<https://www.florbalcup.cz/system-hry-pravidla/> [online]. [cit. 2021-01-26].

MSMT, sekce zájmové vzdělávání, dostupné z;

<https://www.msmt.cz/mladez/zajmove-vzdelavani-1> [online]. [cit. 2020-12-15].

<https://www.msmt.cz/mladez/skolni-druziny> [online]. [cit. 2020-12-10].

<https://www.msmt.cz/mladez/casto-kladene-dotazy> [online]. [cit. 2020-12-10].

<http://poradna.crdm.cz/primestske-tabory/prehled-legislativy-pro-poradani-primestskych-taboru-309> [online]. [cit. 2020-12-02].

<https://www.sportcentral.cz/magazin/basketbal-pravidla> [online]. [cit. 2020-01-03].